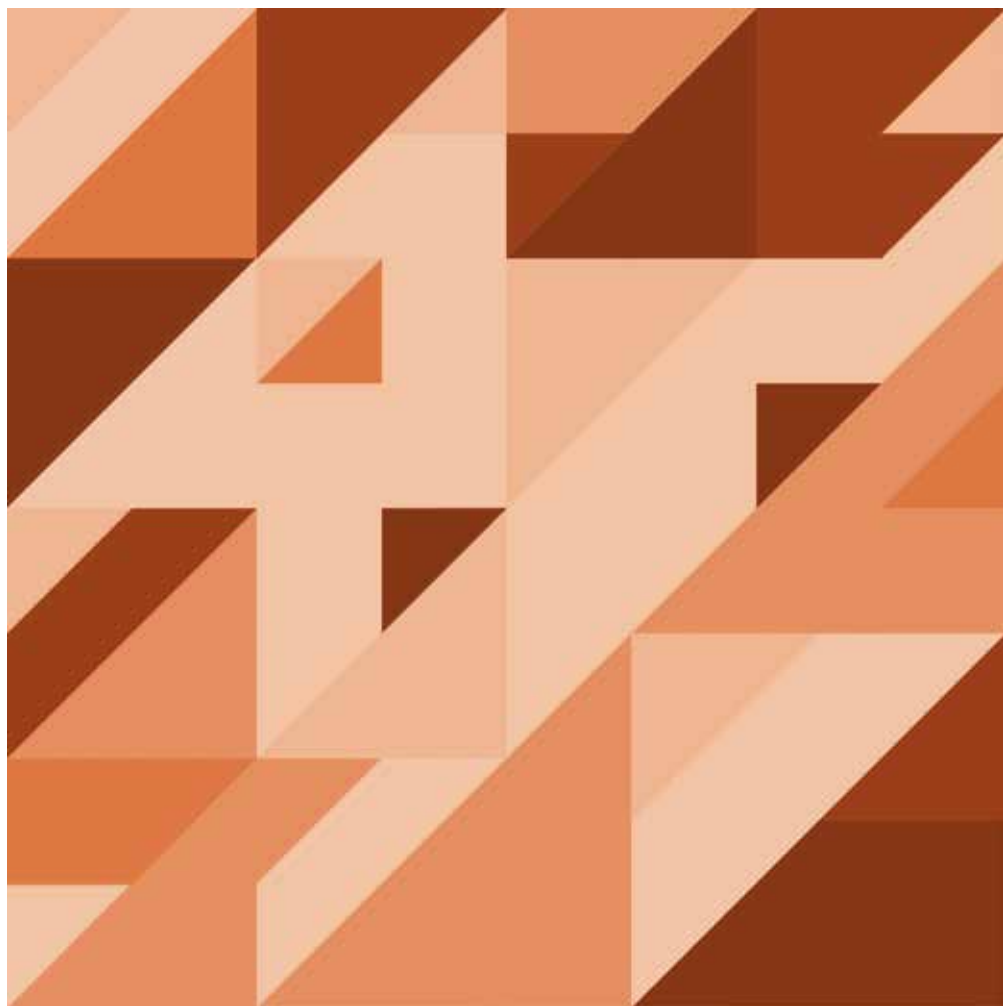


KAPOSVÁRI



Colligatum 7.



7 SZOKÁS ÉLETREVALÓ PROGRAM A KAPOSVÁRI KLEBELSBERG KÖZÉPISKOLAI KOLLÉGIUMBAN

KLEBELSBERG COLLIGATUM
GYŰJTEMÉNYES KÖTET

7.

7 SZOKÁS
ÉLETREVALÓ PROGRAM
A KAPOSVÁRI KLEBELSBERG
KÖZÉPISKOLAI KOLLÉGIUMBAN



KAPOSVÁRI KLEBELSBERG KÖZÉPISKOLAI KOLLÉGIUM

Kaposvár, 2018

Írták:

A Kaposvári Klebelsberg Középiskolai Kollégium pedagógusai

Alkotó szerkesztő:

GÁLOVICS EDIT

szakmai intézményvezető-helyettes

Kiadja

a Kaposvári Klebelsberg Középiskolai Kollégium,
a kollégium fennállásának 15. évfordulója alkalmából
Kaposvár, 2018.

Felelős kiadó:

DR. GIBER VILMOS

intézményvezető

Tördelés: www.igrafika.hu

Nyomdai munkálatok: Xdekor KFT, Kaposvár

Tartalom

Bessenyei Brigitta: Ajánlás	9
Gálovics Edit: Mit jelent nekünk a 7 szokás?	11
Gálovics Edit: Covey 7 szokása mindennapi életünkben	13
Batta Rudolf: 7 szokás egybevetése korábbi pedagógiákkal	17
Királyné Baudiss Katalin: Kollégiumi tematikus foglalkozások terve	20
Játékgyűjtemény: Életkörök	29
Játékgyűjtemény: Széktáncoltatás	31
Játékgyűjtemény: Kirakós	34
Játékgyűjtemény: Környezettudatos kidobó	36
Kiss Eszter: Csoportfoglalkozás óraterv	38
Horváth Balázs: Foglalkozásvázlat	41
Dezsőné Fedor Ágnes: Foglalkozásvázlat	45
Gálovics Edit: Foglalkozásvázlat	47
Tankovicsné Trapp Ildikó: Foglalkozásvázlat	51
Ruchárd Mária: Foglalkozásvázlat	53
Horváth János: Foglalkozásvázlat	55
Somogyi Adél: Foglalkozásterv	57
Nagy Brigitta: Óraterv – Carpe Diem	62
Hujber Tamásné: Esélyóra foglalkozás tervezet	65
Jávori Tamás: Híres emberek mondása	72

Gáspár Boldizsár: Filmklub, Báb-animációs stúdió – Jó gyakorlat	73
Nagy Brigitta: A személyes fejlődés marketingje	76
Nagy Brigitta: A kollégium 7 szokás fája	78
Kovács Ferenc: Evezzünk a medencében!	79
Gálovics Edit: „A gondolat korlátlanul osztható, és mindig van maradéka” (T. Dénes Tamás)	80
Nagy Brigitta: World Café – 7 szokás	81
Horváth Balázs: A diákönkormányzat kapcsolata a 7 szokással	83
Tankovicsné Trapp Ildikó: Tematikus csoportfoglalkozás 7 szokással ötvözve	85
Horváth Balázné: Játékgyűjtemény megismerése World Café módszerrel	89
Hujber Tamásné: Asztalgazdai szerepben, proaktív törpök a 7 Szokás kerületből	91
Gálovics Edit: Gyorsjelentés egy véleménykérdésről 2016-ból	94
Gálovics Edit: A változásról és a változtatásról	95
Kiss Eszter: 7 szokás videók a világhálón	97

BESSENYEI BRIGITTA

Ajánlás

A 7 szokás arra tanít minket, hogy mindannyian különbözőek vagyunk – érdeklődésünkben, adottságainkban, értékrendünkben –, és épp ez a különbözőség tesz minket alkalmassá, hogy a világban megjelenő szükségleteket be tudjuk tölteni – méghozzá úgy, ami számunkra is kiteljesítő, motiváló és örömteli. Ami által megélhetjük, hogy fontosak és értékesek vagyunk. Hogy valami fontosat és értékeset tehetünk. Hogy számítunk. Hogy maradandó és pozitív lenyomatot hagyhatunk a világban.

Nagyon kevesen vannak azonban, akik ennek az értékes tudásnak a birtokában nőnek fel. A legtöbben azonban apránként, lépésről lépésre szedegetjük össze az ezt segítő gondolati és viselkedési mintákat, és folyamatos kísérletezéssel tapasztaljuk meg a használatát. Így sem könnyű – gyakran több évtizedes, megcsontosodott, 'vérünkkelé vált' meggyőződéseinket és gyakorlatunkat szükséges megkérdőjelezni, módosítani, sok esetben elhagyni, ezzel párhuzamosan pedig vadonatúj, soha nem látott-hallott eszközöket találni, kitalálni, kipróbálni, finomítani.

Erre a folyamatra láttam szép példát a Kaposvári Klebelsberg Középiszkolai Kollégiumban. A szakmai vezetés tudatosan, de nem erőszakosan biztosítja azt a keretet, amely lehetőséget biztosít a kollégáknak a személyes tapasztalatok megszerzésére, véleményformálásra, kísérletezésre, ötletcserére, ezek érlelésére és továbbfejlesztésére.

Ezek tanúságait látjuk a gyűjtemény darabjaiban. Megtudhatjuk, eleinte hogyan kezdték el alkalmazni azokat a 7 szokás elemeket, amelyeket a leghasznosabbnak véltek a diákok adott életkori nehézségeinek megoldásához, majd az évek során hogyan gyarapították, szélesítették, csiszolták, finomhangolták a tapasztalataikat. Nagyon különböző fejlesztési formákban, nagyon különböző témákban, nagyon különböző eszközökkel és módokon közvetítik ugyanazt a tudást: 'te vagy a felelős a saját életedért – megmutatjuk neked, hogyan tudod átvenni az irányítást!'

Szolgáljon inspirációként!

Bessenyei Brigitta

Életrevaló

szakmai vezető, tréner, coach

FranklinCovey | Magyarország

mobil: +36 20 500 7480

brigitta.bessenyei@franklincovey.hu

www.franklincovey.hu/eletrevalo/

Mit jelent nekünk a 7 szokás?

1. szokás: Légy proaktív!

Ez a szokás a kezdeményező készségünkre és a felelős magatartásunk alakítására ösztönöz. Azt sugallja, te is felelős vagy abban, hogy mi történik veled! Például szembesülünk egy kihívással, mi lesz a válaszuk?

2. szokás: Tudd előre, hova akarsz eljutni!

Ez a szokás a jövőnket vetíti előre, határozzuk meg, mit szeretnénk elérni, mi a célunk, mit fogunk tenni a célunk elérése érdekében, hogyan tervezzük meg az utunkat! Például nyelvvizsgát szeretnék szerezni, hogyan fogom teljesíteni? Tudok-e a jelen nehézségein túlmutatóan előre gondolkodni?

3. szokás: Először a fontosat!

Ez a szokás a fontos és nem fontos, a sürgős és nem sürgős dimenziókat mutatja meg. Az időgazdálkodásra tanít bennünket, hogy a céljaink elérése érdekében tudjunk haladni azok megvalósításával. Például mi az a cél, amiért bevállalok valami kifejezetten megerőltető dolgot? Ez lesz az, ami fontos, hozzájárul a céloom eléréséhez, ezért ezt végzem el először!

4. szokás: Gondolkodj nyer-nyerben!

Ez a szokás a hosszú távú kapcsolatokkal való törődés szokása. Lehetőséget mutat arra, hogy mindenki nyerjen a kölcsönös előnyök megjelenítésével!

5. szokás: Először érts, aztán értesd meg magad!

Ez a szokás segít bennünket abban, hogy az előző szokásokat érvényesíteni tudjuk. Fontos tapasztalatra tehetünk szert az empatikus figyelem és a perspektíva felvétel gyakorlásával. Például, amikor meghallgatlak, akkor egyúttal a törődésemet is kifejezem irántad.

6. szokás: Teremts szinergiát!

Ez a szokás a közösségben rejlő erőt és az egyes egyéneken lévő tudást hozza a felszínre érzelmi töltéssel, azt mondja: együtt jobb! Például, amikor a különböző látásmódunkat egyesítve valami új dolog születik, (1+1=mégtelen lehetőség)

7. szokás: Élezd a fűrészt!

Ez a szokás az egyensúlyra törekvés hosszú távú vetületére irányítja figyelmünket. Például, amikor észreveszed, hogy a naplóírással kiírod magadból a problémádat, akkor törödsz is magaddal. Vagy, ha megtanulsz relaxálni, akkor tudsz magadnak segíteni a feszült helyzetekben.

Covey 7 szokása

mindennapi életünkben

Az intézmény 7 szokás története 2014-ra nyúlik vissza, amikor egy továbbképzés alkalmával megismerkedtünk –nevelőtestületünk nagy része-, a szemlélettel. Változatos volt a szemlélet fogadása, sokan lelkesen azonosultak a szemlélettel, hiszen fontosnak tartották saját életükben is a szokások gyakorlását. Mások szkeptikusan álltak mellé, fenntartásokkal közelítették meg a témát. És megint mások azonnal ráéreztek a lényegére. Tanulságos tapasztalatot jelentett, hogy induláskor mindenki lehetőséget kapott arra, hogy kipróbálja pedagógiai tevékenységében, meggyőződjön arról hol és hogyan tudja hasznosítani a 7 szokás szemlélet jelenlétét.

Örömmel tapasztaltuk, hogy a kollégium életében mindenütt alkalmazni tudjuk: foglalkozások alkalmával az alap témához kapcsolódóan tudunk fókuszálni rá, önálló témaként fel tudjuk venni a szokások bármelyikét, konkrét tevékenységek alkalmával gyakorolhatjuk a megvalósítását, mentorálások alkalmával tudjuk értelmezni az egyes szokásokat és ösztönzéseket tudunk tenni a tevékeny megvalósításra.

Sokféle jelenséggel találkozunk a kollégiumi élet során:

- küzdenek diákjaink az önállóság megtapasztalásával
- megélik az időbeosztás nehézségeit
- rangsorolják életük eseményeit, ami látszik, és ami nem látszik
- megélik az egymásra figyelés érzéseit
- meglátják az önmagunkkal való törődés fontosságát
- konfliktusba keverednek magukkal és másokkal
- félreértésekből adódóan bolhából elefántot csinálnak
- érzékelik a tanulás röögős útját
- küzdenek a tehetségükkel
- szabadulni akarnak a kötöttségektől, választások előtt állnak
- terveket készítenek vagy nem, és döntéseket hoznak
- értékelik önmagukat és másokat
- együttélési és együttműködési tapasztalatokat szereznek
- készülnek a pályaválasztásra, vagy a munka világára
- tanulják, gyakorolják az életet

Ezek a jelenségek teremtenek lehetőséget arra, hogy a 7 szokásban rejlő kívánatos életvezetési és munkavállalói készségek hosszabb távon segítsék diákjainkat kompetenciáik alakításában, sikereik elérésében.

A szokások gyakorlása által:(UNESCO transzverzális készségek alapján)

- fejlődik kritikai és innovatív gondolkodásuk,
- változnak interperszonális készségeik (prezentációs és kommunikációs készségek, leadership, szervezőkészség, csapatmunka, kezdeményezés, szociabilitás, kollegialitás), és intraperszonális készségeik (önfegyelem, lelkesedés, önmotiválás, együttérzés, integritás, elköteleződés),
- alakul globális állampolgárságuk (tudatosság, tolerancia, nyitottság, a diverzitás tisztelete, konfliktuskezelés, a környezet tisztelete), és
- tevékeny részt vállalnak testi és lelki egészségük érdekében.

Bessenyei Brigitta (FranklinCovey tréner) a következő öt paradigmára hívta fel figyelmünket, amely a FranklinCovey Leader in Me programjának koncepcionális alapvetése. Ez által merültek fel a következő kérdések, amelyek paradigma váltásra hívják fel figyelmünket. Észre kell, hogy vegyük: másképp szükséges a mai gyerekekkel foglalkozni, más módszerekre van szükségük, okosan és jó példákat mutatva érdemes nevelni őket.

A tehetség paradigmája		
Kevés tehetséges ember van.	VS	Mindenki tehetséges valamiben.
A változás paradigmája		
Az intézmény jobbá válásához a rendszernek kell megváltoznia.	VS	A változás velem kezdődik.
A vezetés paradigmája		
Csak néhányan lehetnek vezetők.	VS	Mindenki lehet vezető.
A motiváció paradigmája		
A fiatalok tanulását pedagógusok irányítják és ellenőrzik.	VS	A pedagógusok felhatalmazzák a fiatalokat, hogy ők irányítsák a saját tanulásukat.
Az oktatás-nevelés paradigmája		
A jobb tanulmányi eredmény elérése érdekében segítjük tanítványainkat.	VS	A fiatalok egész személyiségét fejlesztjük.

A 7 Szokás megismerésére, megértésére és alkalmazására a tudatos szemléletformálás és jellem alakítás eszközeként tekintünk. Meghatározónak tartjuk a 7 szokás megismerésének és tanulásának folyamatában, hogy önmagunk megismerése által éljük meg az egyes szokások jelenlétét életünkben. Válhatunk az életünk alakítójává, ha kezünkben tartjuk az

irányítást, tudjuk önmagunkat vezetni. A szokások gyakorlására minden alkalmat megragadunk, foglalkozások és mentorálások, rendezvények és programok alkalmával. Alakítjuk, mélyítjük a szokások jelenlétét.

Tapasztalataink szerint a diákok között is vannak olyanok, akik nagyon fogékonyak a tudatos életvezetésre, a személyes és felelős életvezetés alakítására. Tizenöt évesen még csak kóstolgatják az egyes szokások megértését, tizenhét évesként viszont más pontosan megfogalmazzák, mit jelentett számunkra az egyes szokások alkalmazása, melyik az a szokás, amelyek különösen fontos építőkövek az életükben. Rövidtávon, naponta tapasztaljuk azt az utat, ahogy diákjaink önmagukat formálva, jó és rossz döntések meghozatalával építik személyiségüket és alapozzák, alakítják jövőjüket. Úgy véljük, hosszabb távon a sikeres életpálya, a tudatos életvezetéshez nyújtott támogatás opcionális eszköztárhoz tudunk ajánlásokat tenni számukra. Módszerteremtés tekintve a 7 Szokás alkalmazása szorosan együtt jár a mentorálás szakmai folyamatával.

Amikor a tehetséges egyének elvárható készségeiről beszélünk, akkor egyre hangsúlyosabban jelenik meg életvezetés és karrier kérdése. Önmagától senkit sem lehet megmenteni, mindenki maga dönt, hogy milyen utat jár be. Daniel Goleman szerint az érzelmi intelligencia (EQ) jobb előrejelzést ad az iskolában és az életben elért eredményességről, mint az IQ. A személyes és társas kompetenciák meglétével és alakításával tudjuk diákjainkat segíteni egy bejósolhatatlan világ kihívásaira, a siker megélésére adott adekvát válaszreakciók létrehozásában. A kollégium sajátos eszközrendszere, személyes szándékkal párosulva kiváló alkalmat teremt az érzelmi intelligencia fejlesztésére, a személyes és társas kompetenciák alakítására, mindezek integrált megjelenésére a tanuló mentorálási folyamatában.

A kommunikációs helyzetek a szociális és interkulturális készségfejlesztésben segítenek. Nyitott kérdések feltevésével aktivizálnak, segítik a gondolkodást és rendszereznek. A kollégium időbeosztása pedig lehetőséget teremt a megbeszéléshez, reflexióhoz és önreflexióhoz, a döntéshozatal gyakorlására. A beszélgetések alkalmával jó kérdések segítségével el tudunk jutni a személyes győzelem fontosságától a közös győzelem érzéséig. Ez egyúttal a függés, a függetlenség és a kölcsönös függés megtapasztalása és felismerésének élménye, vagyis paradigmaváltás tanulása (Covey, 2014).

A tanulói személyes tapasztalatok megfogalmazását néhány általunk készített kisfilm is támogatja. A kisfilmek egyikén 15 éves tanulók számolnak be arról, hogy melyik szokás jelentős különösen az életükben és miért. A másik részben pedig 18 éves tanulók beszélnek szerzett tapasztalataikról őszintén, megalapozottan. Külön kisfilmünk készült a szinergia példájára Hujber Tamásné pszichológusunk közreműködésével. Bemutatjuk azt is, hogy hogyan lehet a szokások gyakorlását beépíteni a vízi táborunk felkészítéséhez Kovács Ferenc tanár úr vezetésével. Megtekinthető az intézményi közös 7szokás fa készítésének folyamata is Makai-Bakos Natália tanárnő közreműködésével és Nagy Brigitta tanárnő szaköröseinek kisfilmjében.

A kisfilmek intézményünk honlapjáról is elérhetőek: www.klebi.sulinet.hu

A kollégium pedagógusai diákjaikkal együtt a szilenciumi tantermekben 7 szokás fákat készítettek, kreatívánál kreatívabb ötletek felhasználásával gyakorolták az együttes tevékenykedés jótékony, szinergia hatását.

2014 és 2018 között 4 tanév telt el. Elmondhatjuk, hogy az elmúlt időszakban mindig figyeltünk arra, hogy mi történik azzal a tudással, amit a tanfolyami képzés indított el. Innovációs folyamatként megélve a tanulást, többféle módszerrel dolgoztunk és mélyítettük tudásunkat, amelynek vetülete, jó példái és gyakorlatai jelennek meg a Colligatum 7. kötetében. Azt szeretnénk elérni, hogy ez a fejlesztés ne csak töredékesen maradjon fenn hosszú távon az intézmény pedagógiájában, hanem szolgálja elsődlegesen tanulóink eredményességét az életben.

Legfontosabb lépéseink voltak:

- reflexiók párokban szereztük első tapasztalatainkat a szemlélet kollégiumi jelenlétéről
- belső továbbképzéseket tartunk tapasztalataink összegzése érdekében
- konferenciákra jártunk tanulni
- konferenciákon és műhelyek keretében mutattuk be gyakorlatunkat
- üzleti reggelin, szálloda átadáson, gazdasági szférában működő 7 szokás szemlélettel ismerkedtünk, és osztottuk meg mi is tapasztalatainkat
- mikro-csoportokat hoztunk létre, hogy egymást erősítsük és segítsük a tevékenységében
- bemutató órákra meghívtuk egymást, hospitálási alkalmakat teremtettünk
- képzéseken vettünk részt téma szakértőként és vezetőként
- coachingoltak bennünket és gyakoroltuk a coachingot
- érdeklődő intézményeknek is bemutattuk, hol tartunk most
- bemutató anyagokat készítettünk (kisfilmek)
- 7 szokás fák születtek a tantermekben
- tematikus csoportokat alakítottunk, kiadványokban gyűjtöttük össze példaértékű gyakorlatunkat
- erőteljesebb figyelmet kapott a 7szokás megjelenése a pedagógiai tevékenységekben
- megismerkedtünk a referencia intézményi elvárásokkal hazai és nemzetközi vonatkozásban
- kísérletezgettünk és kísérletezgetünk ma is, hogy mit hogyan érdemes megtenni
- folyamatosan beszélünk közös dolgainkról, tapasztalatainkról
- örülünk sikereinknek, eredményeinknek, a pozitív visszajelzéseknek

Könyvajánlás a témához:

Covey, Sean (2014): A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása. Harmat Kiadó Budapest.

7 szokás egybevetése korábbi pedagógiákkal

Kiindulási pont:

Covey könyve első részének az a megállapítása, hogy az USA-ban 1776 és 1914 között jellemetika volt a meghatározó, amit 1914-től személyiség etika váltott fel.

Ez utóbbi eredményeit nem vitatja, de szerinte az újabb kihívásokra már nem tud választ adni, ezért ismételten jellem etikai megközelítést javasol. Ez alatt a tudásból, készségből és vágyból felépülő szokások összességét érti.

A feldolgozás menete:

Neveléstörténeti áttekintés, a hét szokás elméletével rokon vonásokat mutató főbb pedagógiai felfogások.

A vitaanyag vázlata:

1. Az *őskori* nevelés egyik elmélete a szociologizmus, amelyet Monroe nevéhez szoktak kötni, és kulcsszava: a szoktatás.
2. Az ókortól kezdődően kettős megközelítés: egyrészt a filozófián belül fogalmazódtak meg nevelési gondolatok, amelyek főleg etikai jellegűek voltak. A klasszikus görög filozófia triászának első alakja Szókratész erkölcsi racionalizmusa meghatározó etikai elvként élt tovább, aminek a lényege, hogy a jó megismerhető és ennek szellemében lehet cselekedni. Ezt erősítette meg Platón, aki célként határozta meg a jó megismerését. Arisztotelész pedig a neveléstől az erkölcsre és a tökéletes életre való felkészítést várta el. Itt kell megemlíteni, hogy Covey éppen Arisztotelész nyomán a kiválóságot nem tettként, hanem szokásként értelmezte. Ezt az utat ajánlotta az eredményestől a kiválóságig, amelyet az új kor igényeként jelölt meg.
Másrészt az iskolákban a középkorral bezárólag a képzés került előtérbe, amelynek legjelentősebb kifejtője Quintilianus volt, aki az alapismeretek után a szónoklat mesteritől is azt várta el, hogy legyenek tekintettel az erkölcsre.

3. *Comenius*: vele kezdődött a neveléstörténeti újkor, amely a képzés után az oktatás története, és az akkori pedagógia egészét ölelte fel. Filozófiai értelemben a tomista hagyományokat folytatta, amelyben a vallás, a képzettség, az erkölcs és a hit szerepét hangsúlyozta, utóbbi kettő Covey elméletének is jelentős részét képezi.

4. *Locke*: a felvilágosodás elindítójának nagy szerepe volt a klasszikus polgári nevelési hármasság feladatrendszer megfogalmazásában. A Covey-val leginkább rokonságot mutató vonások a gentleman eszménnyel hozhatók összefüggésbe. Ebből is a négy tulajdonság: az erényé, a bölcsessége, a jólneveltség és a tudásé. Kapcsolatba hozta a nevelést és a viselkedést, ezek gyakoroltatását: „A gyakorlat során kialakulnak a szokások, s ha egyszer kialakultak, az emlékezet segítségével, önmaguktól is könnyen és természetesen működnek.”

5. A 18. század végének két jeles alakja volt: Kant és Trapp. Előbbi a kategorikus imperatívusz fogalmával jelentett mérföldkövet az etikai elvek területén: „Cselekedj úgy, hogy akaratod maximája egyúttal általános erkölcsi törvényhozás alapjául szolgálhasson.” Hatása a pedagógia további fejlődésére megkérdőjelezhetetlen, amelynek elindítójaként szokták újabban Trappot tekinteni. Az ő elméletében 4 alapelv különíthető el:
 - a szabadság biztosítása és a tevékenység megindoklása
 - megelőzés
 - szoktatás
 - tanítás

6. Herbart: a 19. század első felének jeles alakja azáltal vált klasszikussá és sokak szerint a tudományos pedagógia megalapozójává, hogy a célt az etikából vezette le, míg az eléréséhez szükséges eszközöket pszichológiainak nevezte. Covey-val talán legdirektebb módon a nevelés alapvető funkciói áttekintésében található párhuzam. A kormányzás-oktatás-vezetés hármasa közül értelemszerűen a harmadik a közös pont. Herbart az akarat megszilárdítását várta a nevelés eme harmadik funkciójától.

7. A 19. század második felének angolszász vonatkozásban ismételt két szerző munkásságát kell megemlíteni, akik közül Herbert Sencer a nevelés feladatát egy tökéletes élet folytatására való képesítésben látta. Folytatója volt Bain, aki egzakt pszichológiára alapozva gyakorlatias nevelés célzott meg, amely életismeretet és szellemi erőket tartalmazott.

- Fináczy, aki herbartianus volt, nem fogadta el Dilthey etikára vonatkozó kritikáját. Vitatta a pszichológia céltételezésre vonatkozó jogosultságát, amelyek a lelki élet funkcióinak tökéletesedéséből adódtak.
- Schnelier István, mint a magyar személyiség pedagógia elindítója az etizált egyéniség szerepét emelte ki.
- Nagy László a magyar reformpedagógia szervezője a nevelést a gyermek fejlődésének mesterséges hatásokkal való előmozdításaként értelmezte bizonyos társadalmi eszme mint cél felé. Az erkölcsi nevelést pedig a gyermek társadalmasulásának tartotta, és az etikai én kialakulásának kezdetét 13-14 éves korra tette.
- Karácsony Sándor a magyar szociálpedagógia jeles alakja a pedagógiát a szokásrendszer kialakításaként értelmezte, amely értékrendszer irányításával történik, a kettő között az etika és a cselekvés közvetít.
- Itt érdemes megemlíteni, hogy a század első felének jelentős nemzetközi fejleménye a szociálpszichológia és a vezetélmélet kibontakozása. Ez utóbbinak a hatalmi és a szervezeti szempontok mellett épp egy harmadik megközelítését adta az emberi tényezők vizsgálata.
- Nálunk ez a nézőpont a pedagógiai pszichológiában jelentkezett Kelemen László nevéhez kapcsolódva. Ő a nevelést egyrészt individualizációnak tartotta, amely Covey első három szokásával rokonítható. Másrészt szocializációnak is minősítette, amely pedig a 4-6. szokásokkal hozható összefüggésbe. A 7. szokás pedig érdekes módon Gáspár Lászlónak az alternatív pedagógia elismert magyar szerzőjének szabadidős tevékenységével állítható párhuzamba.
- Bábosik István a pedagógiai vagy nevelési értéknek az egyéni konstruktív életvezetést definiálta. Konstruktív életvezetésen olyan életvitelt értett, amely szociálisan értékes, de egyénileg is eredményes. A nevelélméletet pedig mint a konstruktív életvezetés megalapozásának tudományát tekintette.

KIRÁLYNÉ BAUDISS KATALIN

Kollégiumi tematikus foglalkozások terve

10. évfolyam

Éltrevaló program

Kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása módszertani alkalmazásával

	Témakör- Csoport- foglalkozás	Tartalom, tevékenység	Célok, fejlesztési követelmények	7 szokás elemek	Feladatok,	Módszertani segédanyag PPT
1	Nemzeti öntudat, hazafias nevelés I. Közösséghez tartozás, a hazaszeretet fontossága	-A magyar történelem fontos eseményeinek, jelentős személyiségeinek kiemelése, - a magyarság szimbólumainak ismerete - Nobel-díjas magyarok	- A tanulók, - ismerjék, és legyenek büszkék hazánk jelentős személyiségeire, - ápolják hagyományainkat, - ismerjék fel a közösségi értékek összetartó erejét, - váljanak kisebb nagyobb közösségük aktív tagjává	Paradigmák, alapelvek „Ami fontos az életedben, abba a paradigmába igazítsz minden másod.” - Elvközpontúság (tisztesség, szeretet, mások szolgálata, mértékletesség, emberség, egyenesség, hűség, felelősség)	Tk 6. o 2. gyak Kit csodálsz? (csop. feladat, csak magyar legyen!)	- ppt 15. dia
2	A tanulás tanítása I. A tanulás első lépései	- az előző évi felmérések alapján a személyre szabott tanulási stratégiák jellemzőinek összegyűjtése, tantárgyi alkalmazásuk. - a hatékony tanulás feltételeinek meghatározása, - közös tanulás előnyeinek felismerése,	A tanulók - ismerjék meg saját tanulási stílusuk jellegzetességeit, lehetőségeit, - ismerjenek meg tanulási stratégiákat, - ismerjék meg az időterv adta előnyöket, - törekedjenek a nyugodt tanulási körülmények kialakítására	1. szokás Légy proaktív „Sorsodat te irányítod, megteszed az első lépést az egyéni győzelem felé.” 6. szokás Teremts szinergiót! „Az eredményesség érdekében fogj össze másokkal!” (közös tanulás, tanulópár) 3. szokás Először a fontosat! „Tervezz előrel! Határozd meg a legfontosabb feladataidat!”	Tk 17. o. Vitaindító kérdések -Tk 54. o. Mire jó egy bögre (páros feladat) Tk 29. o. 3. gyak Mi a legfontosabb számodra?	- ppt 20. dia - ppt 36-44. dia

	Témakör- Csoport- foglalkozás	Tartalom, tevékenység	Célok, fejlesztési követelmények	7 szokás elemek	Feladatok,	Módszertani segédanyag PPT
3	A tanulás tanítása II. Tanulási módszerek, stratégiák	A hagyományos tanulást segítő eszközök bemutatása, használatuk gyakorlása. -a könyvtár használatának gyakorlása,	A tanulók - ismerjék a hagyományos eszközöket, melyek segíthetik a tanulási folyamatokat - készítsenek időtervet, - legyenek képesek a tantárgyhoz, feladathoz kiválasztani a számukra leghatékonyabb segítő eszközöket, módszereket. - legyenek tájékozottak a könyvtárban, ismerjék a hagyományos használatot.	2. szokás Tudd előre, hová akarsz eljutni! Életcél meghatározása. Választás a továbbtanulás területén.	Tk 24. o 5. gyak Kivé akarsz válni?	- ppt 28. dia
4	Az erkölcsi nevelés I. Az erkölcsi felelősség fontossága	- Az erkölcsi felelősség fogalmának tisztázása - a korosztály lehetséges erkölcsi kérdéseinek feltárása - erkölcsi értékek megfogalmazása - a tapasztalatok átbeszélése	A tanulók - legyenek tisztában az erkölcsi felelősség fogalmával - legyenek képesek egy adott szituációban megfelelő viselkedés kiválasztására - magatartásuk tükrözze a helyes erkölcsi hozzáállást - vállalják tetteik következményeit	Személyes bankszámla betét: szavad betartod, egyenesség, becsületesség, „Tégy valamit másokért, jobban fogod érezni magad!” „Légy becsületes!”	Egyéni feladat: Milyen dolgok érdekelnek? Miben vagy erős, mi lelkesít?	- ppt 17. dia
5	Az erkölcsi nevelés II. A lelkiismeret szabadsága és az erkölcsi felelősség	- Az egyéni érdekek és a csoport érdeke közötti összefüggések tisztázása - az egyén lehetőségei és korlátai	A tanulók - legyenek képesek összhangot teremteni az egyéni szükségleteik, igényeik és környezetük elvárásai között - tanúsítsanak felelősségteljes magatartást	5. szokás Először érts, aztán értesd meg magad! 6. szokás Teremts szinergiát! Szinergia akcióterv Kapcsolati Bankszámla	Tk 56. o. Szinergia akcióterv (csoportfeladat)	- ppt 65., 71. dia (Valódi meghallgatás) - ppt 51. dia
6	Állampolgárságra, demokráciára nevelés I. Törvénytisztellet jelentősége	-A jogállam fogalmának tisztázása	A tanulók -ismerjék fel a jogi szabályozás fontosságára,	Paradigmák, alapelvek Az emberi életet, mindenkire érvényes alapelvek, szabályok vezérlik. Betartásuk nem képezi vita tárgyát.	Tk 8. o keresztretjvény	- ppt 7. dia

	Témakör- Csoport- foglalkozás	Tartalom, tevékenység	Célok, fejlesztési követelmények	7 szokás elemek	Feladatok,	Módszertani segédanyag PPT
7	Önismeret és társas kultúra I. Az emberi kapcsolatok létrejöttét elősegítő, ill. gátló tényezők	- kapcsolataink építésében fontos személyiségjegyek felismerése, gyengeségeink erősségeink felismerése	A tanulók - legyenek tisztában saját személyiségük jellemzőivel, legyenek képesek kapcsolatok kialakítására, ismerjék a közösségi élet szabályait és képesek legyenek alkalmazkodni azokhoz	1. szokás Légy proaktív! A proaktív ember jellemzői Kapcsolati Bankszámla 3. szokás – Félelmek legyőzése Új baráti kapcsolat kialakítása (Bátorságzóna) 4. szokás Gondolkodj nyer-nyer-ben!	Tk 36. old 3. gyak. (malacos feladat - 1. tábla) Tk 31. o	- ppt 20., 21., 22. dia - ppt 50., 51., 52. dia - ppt 45. dia - ppt 46. dia - ppt 59. dia
8	Nemzeti öntudat, hazafias nevelés II. Európához, az európai Unióhoz tartozás jelentősége, történeti alapjai	- az Eu jelenlegi tagállamainak ismerete, - az Eu rövid történetének megismerése, - az Eu tagság jelentőségének felismertetése	A tanulók - legyenek képesek felismerni az Eu tagság jelentőségét.	2. szokás –Határozd meg céljaidat! 6. szokás Teremts színérgiát! Különbségekben rejlió lehetőségek felismerése. Eltérő kultúrájú országok egységének lehetősége.	csoportfeladat: Álom tanári kar összeállítása Európai hírességekből.	
9	Családi életre nevelés I. Kapcsolattartás a családtagokkal	- Az ünnepekkel összefüggő családi kapcsolattartás jelentőségének, fontosságának felismerése	A tanulók - ismerjék fel a családi összetartás, kapcsolattartás jelentőségét - törekedjenek tudatosan a rokoni kapcsolatok ápolására	2. szokás –Határozd meg céljaidat! választások- családi kapcsolatok 4. szokás Gondolkodj nyer-nyer-ben! Kapcsolati Bankszámla 5. szokás Először érts, aztán értesd meg magad! Valódi meghallgatás	Tk 51. o Ismerjük meg egymást! Kollégiumi „család” megismerése.	- ppt 27. dia - ppt 28. dia - ppt 59. dia - ppt 50. dia - ppt 65. dia - ppt 71. dia
10	Családi életre nevelés II. A család jelentősége az egyén életében	-A családi szerepek meghatározása, -a családi munkamegosztás fontosságának felismerése, -a feladatok egyenlő elosztása fontosságának felismerése	A tanulók -ismerjék fel a családi szerepeket, -mérjék fel a családon belüli munkamegosztás fontosságát -törekedjenek a családjukon belüli feladatvállalásra	2. szokás –Határozd meg céljaidat! választások- családi kapcsolatok 4. szokás Gondolkodj nyer-nyer-ben! Kapcsolati Bankszámla Szülőközpontúság 5. szokás Először érts... Valódi meghallgatás 6. szokás Teremts színérgiát! Összefogás a jobb eredmény érdekében.	Tk 49. o Érzelmi Activity	- ppt 27. dia - ppt 28. dia - ppt 59. dia - ppt 50. dia - ppt 13. dia - ppt 72. dia - ppt 75. dia

	Témakör-Csoport-foglalkozás	Tartalom, tevékenység	Célok, fejlesztési követelmények	7 szokás elemek	Feladatok,	Módszertani segédanyag PPT
11	Állampolgárságra, demokráciára nevelés II. Cselekvő állampolgári magatartás	-Állampolgári jogok és kötelességek megismertetése	A tanulók -ismerjék meg állampolgári jogaitak és kötelességeiket -vegyenek részt tevékenyen a DÖK munkájában	6. szokás Teremts szinergiát! 1. szokás. Arra figyelj amire hatni tudsz!	Proaktív-reaktív tábla, példamondatokat fordítsd át!	- ppt 75. dia - ppt 22. dia
12-13	Pályaorientáció Szakmák bemutatása	- Különböző szakmák sajátosságainak megismeretése, - Az egyes szakmákhoz szükséges adottságok megismerése	A tanulók -legyenek tisztában az adottságok, képességek fogalmával, - tudjanak tájékozódni a rendelkezésre álló anyagokban az egyes szakmákhoz szükséges adottságokról, -mérjék fel az adottságaikat a lehetőségeiket	2. szokás Tudd előre hova akarsz eljutni! Személyes küldetésnyilatkozat Adottságok megismerése. 7. szokás Élezd meg a fűrészt 2. rész Törödj az elméddel!	Tk 23.o (pozitív tulajdonságok gyűjtése-egyéni feladat) I. tábla	- ppt 27, 28. dia - ppt 29. dia - ppt 82. dia
14	Gazdasági és pénzügyi nevelés I. A pénzkezelés különféle technikái	- Tudatosítjuk, hogy mi a pénz szerepe az ember életében, - Összegyűjtjük az ésszerű gazdálkodás ismérveit, - Felmérjük a helytelen gazdálkodás következményeit	A tanulók -ismerjék meg a pénzhez kapcsolódó fogalmak tartalmát, -tanulják meg az ésszerű gazdálkodás alapjait, -képesek legyenek felmérni a lehetőségeiket, szükségleteiket, -ismerkedjenek meg a különböző vásárlási lehetőségek előnyeivel és hátrányaival (internet, rendelés, bankkártya, készpénz, stb) -tanuljanak meg gazdálkodni a rendelkezésükre álló pénzüsszeggel,	Paradigmák, alapelvek Az életed középpontja (cuccközpontság) 4. szokás Gondolkodj nyer nyerben! Családi kassza. Eredményes együttműködés a pénzügyi egyensúly érdekében. 6. szokás Teremts szinergiát! A hatékony gazdálkodás elengedhetetlen feltétele, az együttgondolkodás. 2. szokás Tudd előre, hova akarsz eljutni! (Tervezés a rendelkezésre álló pénzüsszeggel)	csoportfeladat Gazdálkodás különböző összegekkel. Int. tábla 3. feladat Bevételek, kiadások, csoportosítása, rendezése	- ppt 10. dia
15	Gazdasági és pénzügyi nevelés II. A társadalmi, gazdasági problémák kialakulásának okai	-A gazdasági élet alapfogalmainak megismertetése, - Társadalmi problémák hatása a családokra-felismerés	A tanulók -ismerjék meg a gazdasági problémák kialakulásának tényezőit,	4. szokás gondolkodj nyer-nyerben! Pénzügyi egyensúly megteremtésének feltételei 6. szokás Teremts szinergiát! Vedd ki a részed a közös feladatokból!	Tk. 56. o. Szinergia akcióterv	ppt 75. dia

	Témakör- Csoport- foglalkozás	Tartalom, tevékenység	Célok, fejlesztési követelmények	7 szokás elemek	Feladatok,	Módszertani segédanyag PPT
16	Médiatudatos nevelés A reklám célja, hatása	-A reklámok, reklámfogások felismerése, -a reklámok hatásá- nak felismerése	A tanulók - ismerjék fel a reklámok jelentését, előnyeit, vesztélyeit - alakítsanak ki saját véleményt, a médiatar- talmakról	Paradigmák, alapelvek Az életed középpontja (cuccközpontság) 3. szokás Először a fontosat! Állj ellen a csoportnyomásnak!	csoportfeladat Készítetek bevá- sárló listát! Milyen szempontok alap- ján vásároltok (pl gyümölcsöt, bakancsot, mele- gítőt, stb)	- ppt 10. dia - ppt 47. dia
17	Felelősségvál- lалás másokért, önkéntesség I. Fogyatékoság	- fogyatékoság fogalmának megis- merése, - hátránnyal élők helyzete, - valódi segítség- nyújtás lehetőségei- nek számbavétele	A tanulókban, - érzékenység alakuljon ki mások nehéz helyzete iránt, - kezdődjön kialakulni segítőszándék,	6. szokás Teremts szinergiát! A másság elfogadása Különbségek ün- neplése	Tk 58. oldal 5. gyak	- ppt 76., 77. dia
18	Felelősségvál- lалás másokért, önkéntesség II. A másokért ér- zett szolidaritás, a társadalmi felelősségvállá- lás jelentősége	- Tisztázzuk melyek az egész társadalom feladatai a fogya- tékos, hátrányos helyzetű emberek mindennapjainak megkönnyítésében, - milyen módjai lehetnek a segí- tésnek, - önkéntes mun- kának.	-A tanulók, találják meg saját he- lyüket a társadalomban a felelősségvállalás szempontjából, - lehetőségeihez mérten vegyen részt a nehéz helyzetben élők körül- ményeinek javításában	6. szokás Teremts szinergiát! A másság elfogadása Paradigmaváltás A tuti alap Az életed középpontja Kapcsolati Bankszámla 4. szokás Gondolkodj nyer-nyer-ben! Érzelmi most mutasd meg! Kártyán érzelmek- pá- ros játékok) 5. szokás Először érts..!	Tk 9. o 4. gyak Tk 49. o 2. gyak	- ppt 76., 77. dia - ppt 7., 8. dia - ppt 50. dia - ppt 65. dia
19	Testi és lelki egészség I. Káros szven- délyek	- A szenvedély fogalmának megis- merése. - Annak tisztázása, hogy a különböző szendélyek milyen hatással lehetnek a szemé- lyiségre, - Káros, nem szokványos szven- délyek egészségre gyakorolt hatásai- nak felmérése.	A tanulók, - ismerjék az egészséges életmód előnyeit, - ismerjék fel a káros szendélyek hatását a személyiségre és az egészségre, - ismerjék fel, hogy a közismert szendélybe- tegségek (alkohol, drog, dohányzás) mellett más problémák is lehetnek	Rossz szokások legyőzése 1. szokás. Légy proak- tív! Te légy a változás motorja! „Sikerülni fog” hozzaállítás Egyéni feladat: Milyen rossz szokásodról szeretnél lemondani? Milyen lépéseket teszel ennek érdekében? 2. szokás Választások 7. szokás Élezd meg a fűrészt! 2. Törődj a testeddel!	Tk 17. o Tk 60. o	- ppt 5. dia - ppt 20-26. dia - ppt 28. dia - ppt 81. dia

	Témakör-Csoport-foglalkozás	Tartalom, tevékenység	Célok, fejlesztési követelmények	7 szokás elemek	Feladatok,	Módszertani segédanyag PPT
20	Testi és lelki egészség II. A stressz kezelés módszerei	- eredményes stressz kezelési technikák megismerése, - dühkezelés megismerése	A tanulók, - legyenek képesek felismerni a nehéz, megoldásra váró helyzeteket, problémáikat, - tudják, hogy kitől, mikor kérhetnek segítséget - ismerjenek hatékony stressz és indulatkezelési technikákat	1. szokás. Légy proaktív! Hogyan reagálsz az eseményekre... Személyes Bankszámla Töltekezz! 7. szokás Élezd meg... Törödj a lelkedde!! 7. szokás Élezd meg a fűrészt! Törödj az egyensúly fenntartásával!	Tk 63.o	- ppt 22. dia - ppt 80. dia - ppt 16. 17. dia - ppt 19. dia - ppt 81. dia
21	Fenntarthatóság, környezet-tudatosság I. Környezetkárosító anyagok	- Környezeti egyensúly felbomlása veszélyeinek meghatározása, - annak felismerése, milyen felelőssége van az embereknek a környezet megóvásában	A tanulók, - ismerjék meg a környezetkárosító anyagokat, legyenek tisztában a környezettudatos életmód jelentőségével, - tudatosan minimalizálják a káros anyagok használatát, - tegyenek meg lehetőségeikhez képest mindent környezetük megóvása érdekében	3. szokás – Félelmek legyőzése, Hű maradni a fontos dolgokhoz 2. szokás Választások		- ppt 36. dia - ppt 28. dia
22	Fenntarthatóság, környezet-tudatosság II. Környezetkárosító tevékenységek	- Környezeti egyensúly felbomlása veszélyeinek meghatározása, - annak felismerése, milyen felelőssége van az embereknek a környezet megóvásában	A tanulók, legyenek tisztában a környezettudatos életmód jelentőségével, - tudatosan minimalizálják a káros anyagok használatát, - tegyenek meg lehetőségeikhez képest mindent környezetük megóvása érdekében	3. szokás – Félelmek legyőzése, Hű maradni a fontos dolgokhoz 2. szokás Választások		- ppt 36. dia - ppt 28. dia

Rövidítések:

ppt = PPT Királyné Baudiss Katalin Módszertani segítség Sean Covey

Eredményes fiatalok 7 szokása című könyve alapján

Tk = Tanári kézikönyv Tiéd a választás 7 szokás munkafüzet tizenéveseknek

1. melléklet: Dia minták

**A kiemelkedően
eredményes fiatalok 7
szokása**

Módszertani segítség,
Sean Covey bestsellere alapján

Csapatlíkote: Királyné Baudins Katalin
Rajzokat készítette: Baudins Eszter



Paradigmák és alapelvek

A paradigma az, ahogy a világot
látjuk, ahogy másokhoz viszonyulunk.
A szemüveg amin keresztül nézünk.

Rossz szemüveg
helytelen paradigma
saját meggyőződés visszatart
nincs esély, hogy másképp legyen.



Személyes bankszámla

Betét Kívét

- ♦ Szavad megtartod
- ♦ Kedves gesztus
- ♦ Önmegebocsájtás
- ♦ Egyenesség
- ♦ Becsületesség
- ♦ Tehetség kibontakoztatása



- ♦ Szavad megszeged
- ♦ Figyelmetlenség
- ♦ Önmarcangolás
- ♦ Gerinctelenség
- ♦ Lestrapálódás
- ♦ Tehetség elhanyagolása

Apró léptek

1. Írd fel magadnak cetlire, vagy a telefonodba emlékeztetőnek és olvasd el minél gyakrabban!
„nem fogom hagyni, hogy xy döntse el, hogy érezsem magam”
2. Legközelebb, ha olyan jegyet kapsz, amivel nem értesz egyet, ne legyintá rá, jelentkezz a tanámál és beszélj velem!
3. Ha összeveszel barátoddal, szüleiddel, te kérj bocsánatot először!
4. Ha valaki „beszól”, vagy olyat tesz, ami nem tetszik, előbb nyugodj le, aztán dönts el, hogy mit teszel!

Módszerek

- Idézet (5) összegzése
- Írj megállás nélkül 15 percig!
mindent írj le!
15 perc alatt rendezd,
tisztázd le!
- Vonulj el és gondolkodj az életről!
- Készíts durva vázlatot!



Lógós (M4)

- mindent túlzásba visz (TV, alvás, videó játék, net..)
- profi lézengő
- következmények: felelősség hiány,
nemtörődömség,
az igazi élmények
elszalasztása,
bűntudat



KBSz betét

3. Hűség- lojalitás

A lojális ember:

- Titoktartó
 - Őrizd a rád bízott titkot!
- Kerüld a pletykát
 - Ne gondoldj alapból rosszat másokról!
- Kiállj a másik ember mellett
 - Zárkózz el attól, hogy kibeszélj másokat!

„Az erős jellem saját ötleteiről, a gyenge másokról beszél!”

Akkor is légy lojális máshoz, ha nincs jelen!
Ne pletykálkodj!

2. veszít-nyer

/lábtörő/

- A „békesség” kedvéért feladni a saját gondolatokat.
- Megengedni, hogy más uralkodjon érzelmeinken.

Bántalmazás áldozata



A bántalmazás nem annak a hibája, akit bántanak. Soha senki nem érdemli meg, hogy bántalmazzák.

Tartsd életben a REMÉNYT!

Mit tehetsz?

- Tekintsd át a szokásokat!
- Válassz ki, ami neked a legnehezebb!
- Válassz 2-3 területet, amelyen szerínted tudsz változtatni!
- Örülj az apró változásoknak!
- Ha megtetszik egy szokás, beszélj róla valakivel, tanítsd meg valakinek!
- Ne csüggedj, ha valami nem sikerül!

Minden, amitől a jövőd függ, benned rejlik, nem kell másutt keresned.

Játékgyűjtemény: Életkörök

Időtartam: 45- 90 perc

Résztvevők: Csoport/ok, párok, önálló személyek

Létszám: Min. 1 fő, max. 50 fő

Anyagszükséglet: papír, toll, Mindenkinek előre elkészített fénymásolat (Erők, amelyek eddigi életemet befolyásolták, Hosszú távú céljaim, Mit teszek hosszú távú céljaim érdekében?)

Cél/ok:

Egyéni célkitűzések megfogalmazása

Köthető, kapcsolódó szokások:

1. Felelősségvállalás
2. Célmeghatározás
3. Rangsor felállítása
4. Közös győzelem
5. Először érts
6. Fogj össze másokkal, szinergia
7. Egyensúly

Kapcsolódó kollégiumi terület: Szakkör, csoportfoglalkozás, egyéni törődés, projekt, mentorálás

Játék, gyakorlat leírása, menete:

A gyakorlat első része arról szól, hogy mindenki elgondolkodjon azokról az erőkről, amelyek az életét eddig befolyásolták. A második részben a diákok azt fontolgatják, hogy milyen célokat tűzhetnek ki maguk elé, mit tehetnek, hogy ezeket a célokat megvalósítsák. A gyakorlat komoly összpontosítást és nyíltságot igényel, és csak akkor lesz értelme, ha a diákok komolyan veszik.

1. rész:

Mindenki kap egy lapot, amely egy kört ábrázol. A kört tortaszeletek módjára oszszák fel a különböző tényezők között, amelyek addigi életében befolyásolták, illetve amelyek sokat jelentettek számára. (pl. család, barátok, iskola,...) A szeletek nagysága legyen nagyjából arányos fontosságukkal. Ez után mindenki beírja még az egyes kör-cikkekbe, hogy miként befolyásolta életét ez a tényező.

Kiscsoportok alakulnak, ahol egymásnak bemutatják életkörüket a diákok.

2. rész:

Az újabb életkörnél az egyén céljáról lesz szó. Az első körbe mindenki a hosszú távú céljait írja fel. A második körben, a bal oldalra pillanatnyi helyzetüket jellemezzék. A

jobb oldali részbe a rövid távú célok kerüljenek. A középső sáv felső mezőjébe az akadályokat írják, melyek a célok elérésének az útjában állnak. Ez alá írják azokat a tényezőket, amire a nehézségek leküzdéséhez szükségük van.

Lehetséges variációk:

1. Az életkörökbe jelezhetik a fiatalok, hogy hány százalék annak a tényezőnek a megvalósulása 0-100% között.
2. A jelen állapot mellett jelezhetik körcikkenként, hogy mit tartanának optimálisnak, hova szeretnének fejlődni.
3. A fejlődéshez szükséges úton milyen cél megfogalmazása segítene elérni az optimális állapotot?
4. Javasolt kategóriák az életkör felosztásához: család, párkapcsolat, szexuális élet, barátok, munka, tanulás, jövőkép, pályaválasztás (max. 8 kategória) – bármelyik helyettesíthető, összevonható, a tanulók 1-1 körcikk esetében megfogalmazhatják a maguk kategóriáit

Megoldás:

Tudatosítani kell, hogy a belső homeosztázis eléréséhez nem kell minden területen 100%-ot elérni. Optimális a 85-100% közötti szakasz.

Javasolt a kiscsoportos megbeszélés (3-5 fő), ahol a diákok még biztonságban érezhetik magukat.

Kapcsolódó és választható csoportfoglalkozások témakörei:

- II.: Erkölcsi nevelés
- IV.: Állampolgárságra, demokráciára nevelés
- V.: Önismeret, és társas kultúra
- VI.: Családi életre nevelés
- VII.: Testi és lelki életre nevelés

Kapcsolódó tehetségterület:

- interperszonális
- intraperszonális
- logikai-matematikai

Fejlesztendő képességterület:

- szerialitás
- időbeli és térbeli orientáció
- önismeret, önértékelés
- énkép – ideális én
- folyamattervezés

Forrás:

Pinczésné Palásthy Ildikó: Önismereti tükör. Debrecen: Pedellus, 2009. p. 82-83.

Játékgyűjtemény: Széktáncoltatás

Időtartam: Kb. 30 perc /óra, foglalkozás végén javasolt

Résztevők: Csoport/ok

Létszám: Min. 10 fő, max. 30 fő

Eszközsükséglet: Annyi szék, ahány résztvevője van a csoportodnak.

Célok:

1. Együttműködésre, kommunikációra ösztönzi a résztvevőket.
2. Ügyesség, figyelem, fegyelem, kitartás, türelem fejlesztése.

Köthető, kapcsolódó szokások:

1. Felelősségvállalás
2. Célmeghatározás
4. Nyer- nyerben gondolkodás
5. Először érts
6. Szinergia

Kapcsolódó kollégiumi terület: Szakkör, csoportfoglalkozás

Játék, gyakorlat leírása, menete:

A gyakorlat megnyitása, nyitánya. Kérd meg a résztvevőidet, hogy alkossanak egy kört a székeikkel, úgy, hogy ha ráülneek, a kör közepe felé nézzenek. A székek ne érjenek össze. Kérd meg a résztvevőket, hogy álljanak a saját székük mögé és billentsék előre azt úgy, hogy csak az első két lábán álljon a szék. A feladatuk az lesz, hogy úgy tegyenek meg egy teljes kört, együtt az egész csapat, hogy visszaérjenek a saját székük mögé.

Szabályok:

- mindenki csak egy széket foghat egy időben
- csak egy kezükkel vehetnek részt a gyakorlatban, vagyis csak egy kézzel foghatják a széket
- semmilyen más testrészükkel sem érinthetik, tarthatják a széket
- ha bármelyik szék visszaesik a két hátsó lábára, vagy előre billen és földön landol, a csapatnak újra kell kezdenie, az elejéről

Ajátékvezető speciális feladatai. Ebben a gyakorlatban nagyon könnyen befrusztrálódnak a résztvevők. Könnyen előfordulhat, hogy elvesztik a türelmüket, egymást kezdik hibáztatni, vagy fel akarják adni. Ezeket a helyzeteket jól kell tudnod kezelni. Ha azt látod, hogy gépiesen ugyanazt ismételtetik, nem beszélnek róla, hogy mit kéne másképp csinálni, vagy már annyira a gyakorlat hatása alatt vannak, érdemes megállítani a folyamatot és egy kicsit beszélgetni róla. Mi működik? Mi az, ami jó abban, amit csinálnak? Mi nem működik? Stb.

A legtöbb esetben saját maguk is meg tudják fogalmazni és szépen összeszedik, de jól tud jönni a külső játékvezetői segítség. Erre a gyakorlatra ez kiemelten is igaz.

Amíg rá nem jönnek arra (és hagyj időt, hogy rájöjjenek, kíméletlenül mondd ki újra és újra a szót: „Előlről!”), hogy jól jön, ha valaki irányít, és egyszerre kell csinálni, különben káosz van, addig jó pár körben rontanak majd valószínűleg. Azonban ha megvan az összhang, akkor indul a szárnyalás.

Segítheted a csoport munkáját, ha *stratégiai megbeszélést* kérsz 1-2 perc időtartamban. Ez előrelendíti a hibák kiküszöbölését, és mutatja a *csoportdinamika alakulását* játék közben! *A gyakorlat lezárása.* Amint sikerült a gyakorlat köszönd meg a résztvevők munkáját. Üljetek körbe és jöhet a feldolgozás!

Lehetséges variációk: Egy sikeres kört követően, vagy ha olyan a csoportod, akkor akár azonnal is, megpróbálhatják úgy is, hogy nem beszélhetnek a gyakorlat közben, sőt akár úgy is, hogy jelezni sem lehet egymásnak. Ez már nagyfokú összeszokottságot és egymásra figyelmet kíván, de hihetetlenül erős összetartozás élményt hoz magával, ha sikerül. Minden lépés, ahogy egyszerre mozdulnak, olyan mintha a csapat kollektív szíve dobogna.

Feldolgozás. A gyakorlat több témát is érinthet. A Mi történt? és Hogy éreztétek magatokat? kérdések már be is hozhatják őket, és Te, a céloznak és a történeteknek megfelelően irányíthatod a résztvevőket abba az irányba, amelyikbe szeretnéd.

Mint a legtöbb élménypedagógiai gyakorlat, ez is sokféle témára kifuttatható. Akaratlanul is több készségét érinti a résztvevőknek. Kommunikáció, problémamegoldás, együttműködés, stb. A továbbiakban általános kérdéseket találsz a feldolgozáshoz.

Lehetséges kérdések a feldolgozáshoz:

- Milyen nehézségeket és kihívásokat okozott a feladat?
- Mik voltak a megoldásaitok ezekre a nehézségekre/kihívásokra?
- Hogy működött a kommunikáció a csoporton belül?
- Kérlek, mondj rá néhány konkrét példát!
- Mire figyeltél a gyakorlat közben? Magadra? A megoldásra? A többi résztvevőre?
- Kiléptél-e a komfort zónádból?
- Ha igen, mikor és mi történt?
- Milyen tanulságokat tudsz levonni a csoport működésére nézve?
- Legközelebb egy hasonló gyakorlat során mit csinálnál ugyan így, mit másként?
- Megsértettél-e valakit a játék során?

Kapcsolódó és választható csoportfoglalkozások témakörei:

I.: A tanulás tanítása

II.: Erkölcsei nevelés

V.: Önismeret, és társas kultúra

- VI.: Családi életre nevelés
- VII.: Testi és lelki életre nevelés
- VIII.: Felelősségvállalás másokért, önkéntesség

Kapcsolódó tehetségterület:

- interperszonális
- intraperszonális
- motoros-kinesztetikus
- térbeli-vizuális

Fejlesztendő képességterület:

- motoros-orientációs – téri orientáció, finommotorika,
- kognitív képesség – stratégiai gondolkodás, tervezés, vizuális figyelem, észlelés, érzékelés
- kommunikációs képesség – verbális, nonverbális, vokális csatornák, lényegkiemelés
- szociális- és emocionális képesség – frusztráció tolerancia, belső stressz kezelése, együttműködés, megosztott vizuális figyelem, vezetés, vezetés elfogadása, fegyelem, kitartás, türelem, alá-fölé rendeltség helyzetének kezelése, szabálykövetés

Forrás:

Saját módszertani gyűjteményből felhasználva

Játékgyűjtemény: Kirakós

Időtartam: 10- 20 perc

Résztvevők: Csoport/ok

Létszám: Min. 1 fő, max. 30 fő

Anyagszükséglet: -

Eszközsükséglet: Két készlet kirakható puzzle (30-60 darabos), fontos, hogy a kettő megkülönböztethető legyen. Egy kép is megteszi puzzle-szerűen szétvágva.

Cél/ok:

1. Csoportkohézió erősítése (szinergia)
2. Feladattartás, figyelem, együttműködés fejlesztése.

Köthető, kapcsolódó szokások:

1. Felelősségvállalás
2. Célmeghatározás
3. Rangsor felállítása
4. Nyer- nyerben gondolkodás
5. Először érts
6. Szinergia

Kapcsolódó kollégiumi terület: Szakkör, csoportfoglalkozás, projekt

Játék, gyakorlat leírása, menete:

A csoport két részre oszlik (a csoportalkotás bármilyen módon lehet). A két csapat egymástól távol helyezkedjen el. A kétfajta puzzle-t összekeverve és két részre osztva a csoportvezető lerakja a földre.

A gyakorlatnak három szabálya van:

1. maradéktalanul összeállítani a két puzzle-t
2. mindenki csak a saját csapatánál levő puzzle-t használhatja, a másik csapattól nem vehet el semmit
3. a gyakorlat során nincs verbális kommunikáció

A csoportvezető feladata, hogy a szabályokat betartassa.

Megvitatandó szempontok

Mi okozta a legnagyobb problémát az egyes csapatoknak?

Milyen érzés volt verbális kommunikáció nélkül kommunikálni?

Hogyan oldották meg ezt a problémát?

Mikor érezték úgy a csapatok, hogy már szavak nélkül is értették egymást és egymás hátráltatása nélkül tudtak közösen dolgozni?

Lehetséges variációk:

- a két puzzle-t is összekeverjük, és úgy osztjuk el a csoportok között

Kapcsolódó és választható csoportfoglalkozások témakörei: Könyvtárlátogatás

- I. A tanulás tanítása
- II. Erkölcsei nevelés
- III. Nemzeti öntudat, hazafias nevelés
- IV. Állampolgárságra, demokráciára nevelés
- V. Önismeret, és társas kultúra
- VI. Családi életre nevelés
- VII. Testi és lelki életre nevelés
- VIII. Felelősségvállalás másokért, önkéntesség
- IX. Fenntarthatóság, környezettudatosság
- X. Pályaorientáció
- XI. Gazdasági és pénzügyi nevelés
- XII. Médiatudatosságra nevelés

Kapcsolódó tehetségterület:

- interperszonális
- intraperszonális
- térbeli-vizuális
- nyelvi

Fejlesztendő képességterület:

- kommunikációs képesség – nonverbális terület (mimika, gesztusok, proxemika, tekintet, testtartás)
- kognitív képességek – észlelés, érzékelés, vizuális figyelem, vizuális emlékezet, vizuális differenciálás, gondolkodás, megfigyelés
- síkbeli orientáció, szerialitás
- szociális- és emocionális képesség – együttműködés, egymásra hangolódás,

Forrás:

Liber Renáta: Az együttműködési készség fejlesztése középiskolában. Élmény- és drámapedagógiai gyakorlatok gyűjteménye. Budapest: Underground, 2013. p. 53-54.

Játékgyűjtemény: Környezettudatos kidobó

Időtartam: 5-10 perc az új ismeretek és a tanulók koncentrációjának függvényében/óra, foglalkozás végén javasolt/

Résztevők: Csoport, létszám: 8-25 fő

Eszközsükséglet: Labda vagy dobálható plüss

Cél/ok:

A foglalkozáshoz kapcsolódó új információk rögzítése, összegzése. A tanulók motiválása a környezettudatos viselkedésre, az egyén felelősségének tudatosítása.

Köthető, kapcsolódó szokások:

1. Felelősségvállalás
2. Célmeghatározás
4. Nyer- nyerben gondolkodás
5. Először érts
6. Szinergia

Kapcsolódó kollégiumi terület:

Csoportfoglalkozás, szakkör, környezetvédelmi programok.

Játék, gyakorlat leírása, menete:

A foglalkozás témája a környezettudatosság volt, ezen belül az ökológiai lábnyommal, szelektív hulladékgyűjtéssel, újrahasznosítással, üvegház hatással és a tudatos vásárlással foglalkoztunk. A tanulók körben állnak vagy ülnek. Akihez repül a labda, annak egy konkrét dolgot kell mondania, amit Ő tehet a környezet védelméért. (Pl. viszek magammal bevásárlótászkát, szelektíven gyűjtöm a PET palackot stb.) Aki nem tud gyorsan újat mondani, az kiesik.

Lehetséges variációk:

- Bármely témakör új ismereteivel, fogalmaival játszható.
- Lehet csak kulcskifejezéseket is gyűjteni.
- Óra eleji tematikus ismételésre is alkalmas.
- Előzetes ismeret aktivizálását nagymértékben támogatja.

Kapcsolódó és választható csoportfoglalkozások témakörei:

- V.: Önismeret, és társas kultúra
- VI.: Családi életre nevelés
- VIII.: Felelősségvállalás másokért, önkéntesség
- IX.: Fenntarthatóság, környezettudatosság

Kapcsolódó tehetségterület:

- nyelvi
- logikai-matematikai
- természeti

Fejlesztendő képességterület:

- kommunikációs képesség – főfogalom meghatározás, szókincs bővítés, szakmai szókincs tanulása, lényegre törő mondatszintű kommunikáció, lényegkiemelés
- kognitív képesség – auditív figyelem, emlékezet, emlékezetből történő felelevenítés, gondolkodás
- szociális- és emocionális képesség – egymásra figyelés, türelem, udvariasság

Forrás:

Récsey Zsuzsanna saját játékfejlesztése Besnyi Szabolcs Játékra fel! online továbbképzésének játékgyűjteménye alapján.

Csoportfoglalkozás óraterv

Témakör: Testi és lelki egészség

Téma: **Időtervezés**

Tartalom: Feladatokon és saját példákon keresztül megéreztetjük az időtervezés, előre gondolkodás fontosságát. Gyakorlatban is használjuk személyre szabottan.

Évfolyam: 9. évfolyam

Célok és feladatok, fejlesztendő kompetenciák:

- összefüggések felismerésének fejlesztése
- lényeglátás, önkifejezés fejlesztése
- kooperatív készségek fejlesztése
- hatékony időtervezés, előre gondolkodás fejlesztése
- tanulók aktivizálása, társas élet szabályainak gyakorlása
- a vélemény kulturált megfogalmazásának elsajátítása
- a 7 szokással kapcsolatos tudás fejlesztése, elmélyítése

idő	a foglalkozás menete	tanári tevékenység	tanulói tevékenység
10 p	Bevezetés, ráhangolódás <i>Kezdőkör</i>	Felteszi a kérdést: <i>Mi volt mai napod legnehezebb része?</i>	Minden tanuló megosztja a többiekkel, hogy mit élt meg aznap legnehezebben.
5 p + 5 p + 5 p	<i>Szituáció elemzés</i>	<p>a) Kialakítja a kiscsoportokat (3-4 papírdarabon azonos színek találhatóak, keressétek meg egymást szavak nélkül!) Kiosztja a szöveget a csoportoknak, és elmondja a feladatot. <i>A lapon egy rövid szituációt láthatok, olvassátok el együtt hangosan, beszéljétek át, majd válaszoljatok a lap alján található kérdésekre!</i></p> <p>b) A feladat megoldása után felszólít egy-egy csapatot a megoldás megosztására, és plusz információkat fűz azokhoz.</p> <p>c) <i>Mi a közös kulcsa a szituációknak? Mik a ti megoldásaitok?</i> (itt adott esetben vissza lehet utalni a kezdőkörben említett aznapi problémák gyökerére)</p>	<p>a) Kiscsoportokat alakítanak. Közös megoldják a feladatot, és megosztják a megoldást.</p> <p>b) Tanulói beszámoló</p> <p>c) Közös összeszedik a kérdésekre a választ.</p>

idő	a foglalkozás menete	tanári tevékenység	tanulói tevékenység
15p	<i>Heti iránytű</i>	Kiosztja a heti tervező lapokat minden diáknak, és asztalonként egy kitöltött példa tervet is. Átbeszéli a részeit, használhatóságát. Megkéri a diákokat, hogy mindenki osszon meg 1-2 fontos teendőt, amit a hétre tervez.	Megvizsgálják a példa tervet, kitöltik a sajátjukat. Megosztják fontos teendőiket.
2 p	<i>Melyik jelmondat kapcsolódik?</i>	Felveti a kérdést: <i>Nézzétek meg a falon található jelmondatainkat! Melyiket tudjátok az utolsó feladathoz kapcsolni?</i> Átfogalmaz, összegez, kérdez.	Tanulmányozzák a jelmondatainkat (7 szokás), és közlik gondolataikat.
3p	<i>Lezárás</i>	Önértékelésre szólítja fel a tanulókat: <i>Ki az, aki úgy érzi, hogy aktív volt a foglalkozáson? Ki az, aki szerint jobban is hozzájárulhatott volna a munkához? Ki mit visz magával a foglalkozásról?</i>	Megfogalmazzák a foglalkozással kapcsolatos gondolataikat.



Heti iránytű

.....

HÉTFŐ	KEDD	SZERDA
CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
VASÁRNAP	Fontos teendőim – nagy köveim	

1. melléklet

Dorka és Fanni megbeszélnek szombat délelőttre egy találkozót: el akarnak menni kávézni. A találkozó időpontja előtt egy fél órával Fanni kap egy üzenetet Dorkától: „Ne haragudj, nem fogok odaérni! Most keltem, mert este tovább voltam fent, mint terveztem, és anyu-nak is segíteni kell, mert már hetek óta nyaggat a takarítással. :(Bepótoljuk!”

Fanni nagyon dühös, mert ez már a harmadik eset, hogy barátnője felülteheti...

Hogy lehetett volna elkerülni ezt a szituációt? Ki mit tehetett volna ennek érdekében?

Dia most vette észre, hogy másfél hete kapott egy emailt a volt osztályfőnökétől, amiben megkérte, hogy azon a hétvégén segítsen neki egy általános iskolai rendezvényen, mint végzett diák. Kellemtelenül érzi magát emiatt. Ráadásul most látta azt az emailt is, amit az emag küldött neki az árleszállításokról, amik múlt héten voltak – bosszankodik, mert jó akciók voltak, de sosincs ideje megnézni a leveleit.

Hogy tudta volna Dia elkerülni, hogy így alakuljon? Mit tehetett volna ennek érdekében?

Betti dühös magára, mert megint elrontotta a matek dolgozatot, és már így is van egy harmasa. Tehetetlennek érzi magát, mert heti kétszer táncpróbára, egyszer kosárcsúzással jár, a tanulnivaló sok, és a kedvenc sorozatait sem hagyhatja ki. Kedden és pénteken délután még lenne ideje, de az idő valahogy mindig gyorsan eltelik otthon úgy, hogy igazából semmit sem csinál...

Hogy tudja Betti elkerülni, hogy baj legyen félévkor a suliban? Mit tehet ennek érdekében?

Barbi osztályfőnöki figyelmeztetést kapott, mert megint elkésett az iskolából. Nem tudja, hogy mondja meg otthon, mert anyukája biztos nagyon dühös lesz, hiszen ő az, aki minden reggel sürgeti, hogy el ne késsen. Barbi úgy érzi, a mai reggel nem is az ő hibája, mert ő csak jót akart: felkelt még egy kicsit korábban tanulni (tegnap este kicsit elbeszélgette az időt a barátnőjével messengeren és a könyvében is olvasott pár oldalat), csak aztán a fürdőszobában túl sokáig készülődött.

Hogy tudta volna Barbi elkerülni, hogy így alakuljon?

Mit tehet annak érdekében, hogy ne késsen el többet?

Bia dühös magára, mert összetörte a kedvenc bögréjét, amit a barátjától kapott. Kicsit belefeledkezett a tanulásba, és mikor észrevette, hogy mindjárt 4 óra, és már ott kéne lennie az öccséért a sulinál, gyorsan felkapta a táskáját, és leverte vele a bögrét, ami ott volt az asztal szélén. Ez nem az első eset, múltkor a teli szemeteszsák teljes tartalma landolt a parkettán, mikor késésben volt az öccséért menet – akkor a takarítás húzódott el jobban, mint tervezte.

Hogy tudta volna Bia elkerülni, hogy így alakuljon?

Mit tehet annak érdekében, hogy ne járjon folyton így?

Foglalkozásvázlat

Foglalkozás címe: A 7 szokás elemei II.

Témakör: **Az első szokás, légy proaktív megismerése**

Téma: A kezdeményezőkézség a felelősségvállalás fontosságának felismerése. A reaktív-proaktív ember, cselekedetek közti különbség, valamint a befolyásolási – érdekeltségi körbe tartozó dolgok, események tartozásának meglátása.

Évfolyam: Horváth Balázs 9. évfolyamos csoportja

Célok és feladatok:

Előkészítés: A termet úgy rendezzük be, hogy az páros munkára és csoportmunkára is alkalmas legyen.

1. Oktatási feladat:

A diákok tisztában legyenek önmagukkal, lehetőségeikkel, reális önképpel rendelkezzenek, képesek legyenek felismerni a kezdeményezőkézség fontosságát, értsék az első szokáshoz kapcsolódó fogalmakat, értelmezni tudják azokat. Lássák, a befolyásolási és érdekeltségi kör közti különbséget. Legyenek tisztában, hogy milyen kompetenciákkal kell rendelkeznie a ma emberének az első szokás kialakításához.

2. Nevelési feladat:

A diákok ismerjék fel azt, hogy a kiegyensúlyozott harmonikus élet, a testi és lelki egészség megléte az önbizalom, az előremutató gondolkodás, a jó önismeret, a jó kapcsolatteremtő képesség, a jó kommunikáció összefüggésben van az első szokással. Képessé váljanak ahhoz, hogy proaktív döntéseket hozzanak. Tisztában legyenek azzal, hogy a négy emberi sajátosságra van szükségük, amelyek segítenek a döntéseik meghozatalában. Ez az öntudat, képzelet, lelkiismeret, szabad akarat.

3. Képzési feladat:

Gondolkodási és szóbeli kifejezőképesség, lényeglátás, önkifejezés fejlesztése. Rendszerező, értékelő valamint térbeli, időbeli tájékozódó képesség fejlesztése. Dicséret és kritika elfogadása a vélemény kulturált megfogalmazásának elsajátítása

4. Didaktikai feladat:

Szervezés, az előzetes ismeretek, az új ismeretek rendszerezése, rögzítése.

Szemléltetés, Megjegyzések:

Frontális osztálymunka, tanári közlés, szókétyák, mágnes, tábla használata, IKT alkalmazása, önálló munka, beszélgetés, páros munka, csoportmunka.

Stephen R. Covey - A kiemelkedően sikeres emberek 7 szokása

81. oldal, 88. oldal, 91-94. oldal.

Sean Covey – A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása

89-90. oldal, 93-94. oldal, 99-100. oldal.

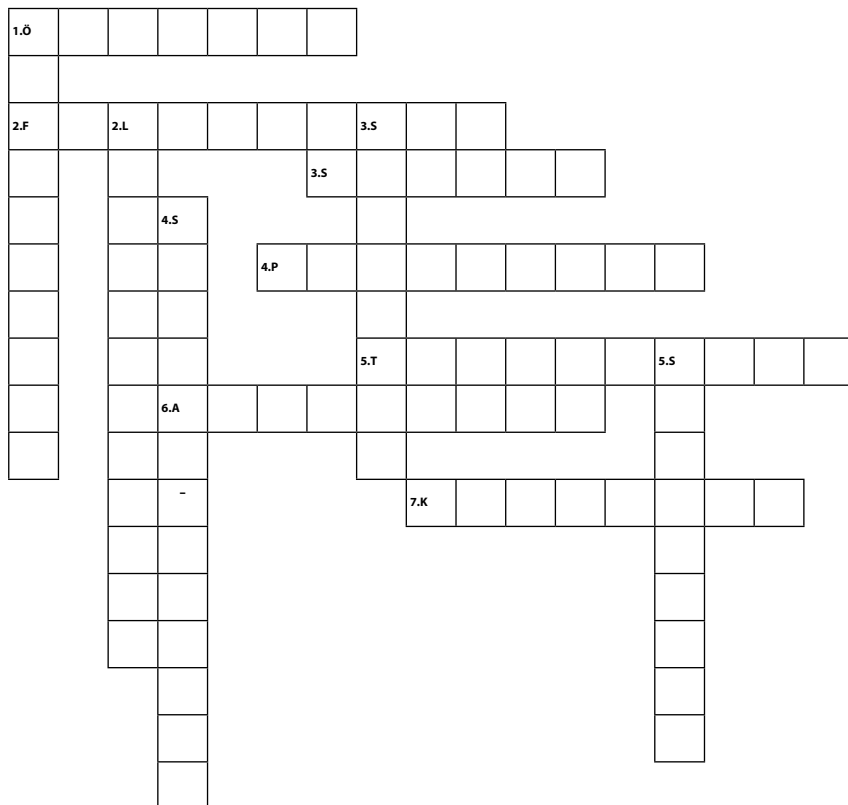
Éltrevaló munkafüzet 5. színt Tanári kézikönyv 6-7. oldal.

idő	a foglalkozás menete	tanári tevékenység	tanulói tevékenység
5 p	<u>I. Ismétlés, felidézés:</u> Az októberben tanult alapfogalmak felidézése.	Előzetesen a diákokat párba ültetni, majd a rejtvényeket kiosztani. A prezentáció segítségével a rejtvényt leellenőrizni.	Párban a rejtvényt megoldani. PPT.1-2-3. dia
9 p	<u>II. Bevezetés, ráhangolódás:</u> „Stone” című filmrészlet megnézése.	A filmrészlet elindítása. Mivel bizonyítanátok, hogy „Stone” a fociedző elvhú (következetes) volt? Miért volt ez nagy jelentőségű? Hogyan tudott segíteni „Stone”, hogy a fiúk megtalálhassák helyüket?	Válaszolni a tanári kérdésekre a filmrészlet megnézése után. PPT.4. dia
1 p	<u>III. Célkitűzés:</u>	A mai foglalkozáson az 1. szókössal fogunk megismerkedni	
2 p	<u>IV. Új ismeretek és fejlesztő gyakorlatok:</u> Reaktív-proaktív szó, kifejezés értelmezése	Mit jelent a reaktív, illetve a proaktív kifejezés? Milyen a reaktív, illetve a proaktív ember?	Válaszolni a tanári kérdésre, majd figyelni a magyarázatra. PPT.5. dia
1 p (3+3)	Csoportalkotás: 1. csoport: Fiatal újságíró története. 2. csoport: Családi tragédia története. 3. csoport: Családi válságban az egyik gyerek helyes döntése.	Csoportokat alakít iskolatípusok szerint. Kérdéseket tesz fel és összegez. Miről szólt az írás? Miben nyilvánult meg a proaktivitás? Mi volt a tanulsága?	A csoportalakítás után a csoport tagjai közösen elolvassák a történeteket, majd közösen megbeszélik az olvasottakat és válaszolnak a kérdésekre. PPT.6. dia
2 p	A Proaktív modellen keresztül a négy emberi sajátosság bemutatása.	Prezentáció és az előző feladat segítségével a négy emberi sajátosság magyarázata, amik segítenek az előremutató döntéseid meghozatalában. Kérdéseket tesz fel és összegez.	Az előző csoportfeladatokból idézzétek fel, hol melyik emberi sajátosságra volt szükségük a szereplőknek? Kérdésre válaszolnak PPT.7. dia

idő	a foglalkozás menete	tanári tevékenység	tanulói tevékenység
2 p	„Reaktív beszédre-proaktív beszéd” - feladat.	Párok alkot a csoporton belül. Kiadja a feladatot.	A párok összeszedik az négy reaktív beszédre a négy proaktív választ. PPT.8. dia
2 p	A befolyásolási-érdekeltségi kör bemutatása kör-diagrammon keresztül. Utána beszámolnak a közös vonásokról.	Tanári magyarázat a befolyásolási és érdekeltségi körre, majd kérdésfeltevés. Megbeszélés és értelmezés.	Mik tartoznak a befolyásolási és érdekeltségi körünkbe? PPT.9. dia
3 p	Reaktív – Proaktív proaktív fókusz bemutatása kör-diagrammon keresztül.	Tanári magyarázat a befolyásolási és érdekeltségi körre. Megbeszélés és értelmezés.	Válaszolni a tanári kérdésre, majd figyelni a magyarázatra. Mit veszel észre a két diagram kapcsán? PPT.10.-11. dia
2 p	Feladat: A befolyásolási-érdekeltségi körhöz tartozó dolgok, események rendezése.	A mágnes táblán az érdekeltségi és befolyásolási kördiagram felvázolása, valamint a szókártyákon dolgok, események. Minden diák egy szókártyát kap, amelyet fel kell rakni a táblán a megfelelő helyre?	A diákok a mágnes táblán a befolyásolási-érdekeltségi körbe rendezik a szókártyákat.
6 p	Olvasószínház: Szent Györgyi Albert és lánya Nelli beszélgetése, majd a feladat megoldása.	Három szereplő felolvassa a kapott szöveget, majd a csoportok megoldják a kiadott feladatot	Három diák felolvassa a rábizott szöveget, a többiek figyelnek, majd csoportokban megoldják a feladatot. Összegyűjtik ami Szent-Györgyi Albert befolyásolási körén belül volt.
3 p	<u>IV. Összefoglalás:</u> Proaktív modell Befolyásolási kör Érdekeltségi kör Reaktív-proaktív cselekedetek	Mi az a négy emberi sajátosság, amik segítenek a döntéseidben? Mik tartoznak a befolyásolási körünkbe és az érdekeltségi körünkbe? Mondatokat fogok mondani, álljatok föl, ha proaktív, üljetek le, ha reaktív cselekedetet hallotok.	PPT.14. dia
1p	<u>V. Értékelés:</u>	Tegye fel a kezét, aki úgy érzi, hogy aktívan hozzájárult munkájával az egész foglalkozáshoz? Mit viszel magaddal, mi tetszett a legjobban a mai foglalkozásodban?	Megfogalmazzák a foglalkozással kapcsolatos gondolataikat. PPT.15. dia

Rejtvény! A kulcsszavakat helyezd el a keresztrejtvényben!

Paradigma, Alapelvek, Szokás, Önfegyelem, Tisztesség, Felelősség, Szolgálat, Szeretet, Öntudat, Képzelet, Lelkiismeret, Szabad akarat,



VÍZSZINTES: **1.** Értékeln tudjuk a magunk és mások cselekedeteit, tetteit, hogy tanulhassunk azokból. **2.** Amikor mások számíthatnak ránk. **3.** Amit ismétlődően, gyakran automatikusan teszünk. **4.** Az, ahogyan a világot, másokat és önmagunkat szemléljük. **5.** Minden helyzetben becsületesen viselkedni. **6.** Soha nem változnak, és jellemet építenek. **7.** Lelki szemeimmel új lehetőségeket látok.

FÜGGŐLEGES: **1.** Akkor is kirtatani célunk mellett, mikor jobban esne mást tenni. **2. Jó és a rossz közötti különbség mélyen gyökerező tudása.** **3.** Érzelem és viselkedés: amikor a másik javát akarjuk. **4.** Az a képesség, hogy az öntudatunk alapján cselekedjünk, minden más befolyástól mentesen. **5.** Segíteni a szükségben lévőkön.

DEZSŐNÉ FEDOR ÁGNES

Foglalkozásvázlat

Foglalkozás címe: **A 7 szokás**

Évfolyam: 11. (AJTP)

Célok és feladatok: Fejlődjön önismeretük, realitásérzékük, reális döntések meghozására váljanak képessé, tájékozottságot szerezzenek a 7 szokással kapcsolatos információszerzésben,

Kcsolódó képességek, készségek, kompetenciák: Kritikai gondolkodás, innovációs készség, alkalmazkodó készség, rugalmasság, kommunikációs készség, kreativitás, együttműködés

Kulcsfogalmak: Szokás, paradigma, proaktivitás

Eljárások, munkaformák (tanár, diák): frontális, önálló, csoportos, szóbankó használat

Eszközök: Toll, kérdőívek, papír, számítógép, projektor, színes filctollak

Elvárt teljesítmény, produktum: Fejlődik önismeretük, felelős döntéseket tudnak hozni, eredményes csoportmunka, egyéni gondolatok megfogalmazása

Értékelés: Ki mennyire aktivizálta magát, mennyire volt kooperatív, empatikus, csapat-szellem mennyire érvényesült? Mit visz magával, mi tetszett?

Időkeret	Téma	A feldolgozás menete	Munkaforma/módszer	Személyi és tárgyi feltételek	Megjegyzés:
8 perc	Ráhangelődés a témára Fogalom magyarázat	Feladat: cetlire mindenki írjon le egy szót, ami eszébe jut a szokás szóval kapcsolatban Szavak csoportosítása a táblánál Szokás: Bizonyos cselekvési készség, hajlam, könnyűség, mely gyakori ismétlés által mintegy öntudatlanul, sőt néha ösztönszerűleg működik. Jó, helyes, bevett szokás. Rossz, hibás szokás. Közmondás gyűjtése: Pl.: Ahány ház, annyi szokás Keresztjezzük a karjainkat, majd fordítva is Tudunk-e változtatni szokásainkon	Önálló tevékenység, tanári közlés, közös munka Vélemények megfogalmazása	Ragasztós cetlik, tábla, toll	Házi feladat: írjuk össze milyen rossz szokásunkon szeretnénk változtatni.

Időkeret	Téma	A feldolgozás menete	Munkaforma/módszer	Személyi és tárgyi feltételek	Megjegyzés:
6 perc	Kifejtés 1	A jó döntés tényezőinek összegyűjtése: - reális kép önmagunkról - széleskörű ismeretek Nekem soha nem lesz jogosítványom.. Én képtelen vagyok nyelvvizsgát szerezni Arra az egyetemre úgysem jutok be Fordítsuk a mondatokat pozitív kicsengésűre. Paradigma szó jelentésének értelmezése További példák behozása	Közös gondolkodás, irányított megbeszélés	Tábla, filc	Tényezők indoklása, példák alapján
10 perc	Kifejtés 2	Csoportok alakítása: 1. cs. sportdelután szervezése 2. cs. kerti parti szervezése 3. cs. házi buli szervezése 4. cs. kerékpártúra szervezése 5. cs. kézműves foglalkozás szervezése	Csoportmunka, csoportok alakítása többféle módszerrel (5-6 fő csoportonként)	Csomagolópapír, színes filcek, szóróanyagok, tájékoztatók	Csoportok munkájának figyelemmel kísérése, elakadás esetén segítség
10 perc	Kifejtés 3	Csoportok munkájának bemutatása Kiegészítések megtétele	Csoport egy képviselője felragasztja a csomagolópapírt és bemutatja a munkájukat.	Ragasztó, tábla	Időkeret betartására figyelés. Kiegészítéseket tanár is diák is tehet.
5 perc	Összegzés	Közös pontok összegyűjtése: - tervezés - irányítás - felelősség - együttműködés - közös célkitűzés	Közös gondolkodás	projektor	6. szakás kivételése egyesével projektoron
3 perc	Levezetés	Mit csinálnál most legszívesebben?	Közlés		7. szakás értelmezése Élezd meg a fűrészt!
3 perc	Értékelés	Tanár és tanulók is véleményeznek	Befejezetlen mondatok	Az tetszett a legjobban.... Azt tapasztaltam... Aktív voltam...	

GÁLOVICS EDIT

Foglalkozásvázlat

Életvitel, 9. előkészítő évfolyam (AJTP)

Helyszín: KKKK 28-as tanuló

Foglalkozás címe, az óra témája: **Függetlenség, önállóság, vezető szerepben**

Témakör: Szokások

Célok és feladatok: A tanulók érzékeljék a függetlenség és önállóság felelősségét a mindennapi életben, a helyes szokások kialakításának szerepét. Tudatosuljon bennük a felelősségteljes gondolkodás és cselekedet a személyes és közösségi célok elérése érdekében. A függetlenségben rejlő lehetőségek tudatos és felelősségteljes megközelítése segítse a tanulók életvezetését. Legyen igényük arra, hogy folyamatosan felülvizsgálják tevékenységüket.

Kapcsolódó fejlesztendő attitűdök, képességek, készségek, kompetenciák: Gondolkodási képességek fejlesztése, kritikai gondolkodás fejlesztése, szóbeli kifejezőkészség fejlesztése, transzfer tanulás fejlesztése, lényegkiemelés, ok-okozati összefüggések felismertetése, szociális alkalmazkodás fejlesztése, önismeret fejlesztése. Együttműködési készségek fejlesztése.

Kulcsfogalmak: Függetlenség a társadalomban, függetlenség az életben, önmagam vezetése, felelősségvállalás, döntés, újratervezés, a 7szokás, paradigma, nyer-nyer helyzet, érzelmi bankszámla

Didaktikai feladatok, eljárások, munkaformák: egyéni munka, páros munka, frontális munka, önálló munkavégzés, közös megbeszélés, véleményalkotás, véleménynyilvánítás, RJR modell,

Eszközök: fehér tábla, filc, projektor, DVD, cédula, papírcsík, íróeszköz, 7 szokás flap, mágnes/bluetech

Elvárt fejlesztési szint, elvárt teljesítmény: A tanulók tudjanak különbséget tenni a függetlenség társadalmi és egyéni megközelítésében. Legyenek tisztában a függetlenség és az önállóság életvezetési vetületével: én döntök.

Értékelés: tanulói és tanári visszajelzés, reflexió

Felhasznált források:

Sean Covey: A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása

Priskinné Rizner Erika: A kritikai gondolkodás fejlesztése, Pécs, Pécsi Tudományegyetem, 2002.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégiák			Megjegyzés
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
7'	Ráhangelés A függetlenség társadalmi megközelítésének előzetes ismeretek alapján történő feltárása. Célirányos módszer megbeszélése és kialakítása. Történelmi ismeretek felidézése. Párok megalakítása.	Módszermegbeszélés, stratégia alkotás, Páros gondolatok összeillesztése.	egyéni, páros (A tanulók a megbeszélések szerint megbeszélnek párjukat).	cédulák előzetesen megfogalmazott történelmi és aktuális ismeretekkel.	Történelmi és politikai ismeretek. Önállóság, autonóm felelősségvállalás és döntésképesség.
8'	Jelentésteremtés, a téma jellemzőinek felismertése. Problémafelvetés. Az egyéni függetlenség megjelenése. Páros feladat: milyen paradigmák vannak a függetlenséggel kapcsolatban? Paradigma kifejezés felidézése. Mit jelen függetlennek lenni? Mikor mondják valakire, hogy független? Közös véleményalkotás, táblakép készítése cédulák felhasználásával.	Páros megbeszélés és véleményalkotás. Táblakép készítése, fogalom értelmezés cédulák elhelyezésével.	páros megbeszélés és beszámoló, frontális munka,	fehértábla, páronként papírcsíkok, filcek, mágnes/bluetech táblaflac	Felidézés az önállóság lépéseiben, az idei év kihívásaiban. Nagykorúság, saját család, felelős döntés, anyagi függetlenség, munkahely, gondoskodás önmagáról, nincs korlát, nem más irányít, anyagi önállóság.
20'	Új információk beemelése, a téma mélyítése. Új paradigma: a függetlenség azt jelenti, hogy mindenki egy vezető. Mit jelenthet ez a mondat? Tanári magyarázattal diasor: vezetem önmagam, amikor helyesen döntök és cselekszem (1-3 szokás) Rövidfilm megtekintése (7szokás), első reakciók megbeszélése közösen, majd párokban feladatlap megoldása. Egyéni tanári segítség a pároknak. Mi volt a függetlenséghez vezető út a filmben? Beszámoló a feladat megoldásáról, megbeszélés.	Megbeszélés Tanári magyarázat Közös értelmezés diasor segítségével: 7 szokás Rövidfilm elemzés Édit, nem akartad nevesíteni, melyik kisfilmre gondoltál? Szempontok szerinti feladatmegoldás párokból és közös megbeszélés	egyénileg, önállóan, megbeszélés párban, frontális munka	táblaflac, felirat: vezető vagyok projektor, pendrive, DVD (5, 57 perc) 7szokás flap páronként	Te is tudsz helyes döntéseket hozni! Te is vezetheted az életed! Youtube használatra utalás Páronként egy szokás! az elsődleges fókusz
10'	Reflektálás: Függetlenség a társadalomban-függetlenség az életben-vezető vagyok (paradigma) Ma azzal a gondolattal gazdagodtam, hogy... Mi a stratégiánk, ha az a kérés, hogy ugyanazt a mondatot nem említjük még egyszer? Miben segített ma a párod, miért volt jó veled együtt dolgozni? Írjátok le, és adjátok át egymásnak! Építetek a bankszámlátokat! Tanári visszajelzés tanulói aktivitásról, párok munkájáról.	stratégiaalkotás, vélemények megfogalmazása, reflektálás egyénileg a párnak, tanári visszajelzés	egyéni, önálló munka, frontális munka	cédula üzenetíráshoz, filc	Érzelmi bankszámla felidézés, amennyiben szükséges stratégia: egymásra figyelés (5.szokás), és előbb mondjam el, mint utóbb)

1. feladat párosítandó cédulái

A függetlenség napja (*Independence Day*) július negyediké,

az amerikaiak ezen a napon ünneplik a függetlenségi nyilatkozat 1776-os kihirdetését, melyben országuk kinyilvánította függetlenségét Nagy-Britanniától.

A gyarmati rendszer felbomlása (angolul: *decolonization*) az a függetlenné válási folyamat,

amelynek során a korábban gyarmattartó államok elvesztik vagy feladják ellenőrzésüket a tőlük függésben álló területek, a gyarmatok felett.

Két fő kérdése volt az 1848-as forradalomnak,

az egyik a függetlenség kivívása, a másik a jobbágyfelszabadítás.

A függetlenség napja (*Independence Day*) egy 1996-ban bemutatott amerikai akciófilm,

melynek főszereplői Will Smith, Bill Pullman és Jeff Goldblum.

A magyar Függetlenségi nyilatkozat Kossuth Lajos által kezdeményezett,

1849. április 14-én a debreceni országgyűlés által kimondott, majd április 19-én közzétett dokumentum, amely kinyilvánította a Habsburg-ház trónfosztását (detronizáció), és Magyarország függetlenségét, honvédő szabadságharcban visszanyert szuverén államiságát.

Az Európai Unió (EU) 2008. február 18-án tudomásul vette, de nem ismerte el Koszovó függetlenségének kikiáltását.

Egyidejűleg a tagországokra bízta, miként járnak el az ügyben. Szerbia soha nem fogja elismerni Koszovó egyoldalúan kikiáltott függetlenségét, nyilatkozta a külügyminiszter.

1773 végén indiánnak és négernek öltözött telepesek Boston kikötőjében a tengerbe szórták három angol hajó tearakományát.

Ezt a híres „bostoni teadélutánt” hamarosan további összetűzések követték és 1775-ben kitört a 13 gyarmat függetlenségi háborúja.

A XVII. századi függetlenségi harcok sorába tartozik

Bocskai-szabadságharc, Zrínyi Miklós, Wesselényi-mozgalom és a Thököly-felkelés

Feladatlap filmelemzéshez

*Hogyan segítették az egyes szokások alakítását?
Gondoljátok végig, majd beszéljétek meg párban!*

Szokások	Egy gondolat hozzá...	Hogyan jelenik meg?
1. Légy proaktív!	Te vagy a felelős!	
2. Tudd előre, hova akarsz eljutni!	Készíts tervet!	
3. Először a fontosat!	Előbb a munka, aztán a többi!	
4. Gondolkodj nyer-nyerben!	Mindenki nyerhet!	
5. Először érts, aztán értesd meg magad!	Hallgass, mielőtt beszélsz!	
6. Teremts szinergiát!	Együtt jobb!	
7. Élezd a fűrészt!	Törekedj az egyensúlyra!	

Foglalkozásvázlat

Célcsoport: 11. évfolyam

Témakör: **Testi-lelki egészség**

Téma: Férfi-női kapcsolatok – a Kaméleon című magyar film alapján

Az óra cél- és feladatrendszere: A látott film alapján az emberi kapcsolatok – kiemelten a férfi- női- sokféleségének elemzése. Tanulságok megállapítása. Az adatkezelés feltételei, facebook.

Fejlesztendő attitűd, készségek, képességek: problémamegoldó gondolkodás, kreativitás, együttműködési képesség, kritikai gondolkodás, vitakultúra fejlesztése, rendszerező képesség, emlékezetfejlesztés, vizuális kompetencia, szociális kompetencia fejlesztése, narratív kompetencia, szintetizálás, kulturális kompetencia, kooperációs képesség, lényegkiemelés

Fogalmak: önzés, tisztelet, empátia, hazugság, áruulás, erőszak, butaság, barátság, bosszú, tolerancia, őszinteség, szerelem, tisztelet

Eszközsükséglet: toll, post-it, tábla, szókétyák (önzés, tisztelet...)

Tantárgyi kapcsolatok: Mozgókép kultúra és médiaismeret, Etika

Felhasznált forrás: Bagdy Emőke: Párkapcsolatok dinamikája Bp.: Animula, 2002

Sean Covey: A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása

Idő-keret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			7 Szokás
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközők	
10'	<p>RÁHANGOLÓDÁS A szereplők jellemzése tulajdonságaik alapján 1- csoport-Gábor (főszereplő) 2. csoport- Tibor (főszereplő barátja) 3. csoport- Hanna (táncos) 4. csoport- pszichológus <i>(Minden csoport csak a saját feladatát ismeri)</i></p>	differenciálás analizálás	csoport egyéni	szókétya post-it	
	A csoportok a halmazokban elhelyezik a post-iteket			tábla, post-it	

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			7 Szokás
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
	A szereplők nevének megfejtése a leírt tulajdonságok alapján	tollak közepén	csoport	szókártya	
40 perc	JELENTÉSTEREMTÉS Közös jegyek keresése/ pozitívumok- negatívumok	megbeszélés spontán megnyilatkozások	frontális		
	Erkölcsei-etikai problémák a filmben A megnevezett probléma alátámasztása a film egyes jeleneteivel	megbeszélés	pármunka	lap íróeszköz (szókártyák)	5. szokás Először érts, aztán értesd meg magad!
	A vélemények ismertetése	ismertetés spontán megnyilvánulások	frontális		
	Rendezői szerepben 1. csoport- Hol változtatnál a történeten? Miért, mi lenne a következménye? Teremts szinergiát! 2. csoport- Hol változtatnál a történeten? Miért, mi lenne a következménye? Gondolkodj nyer-nyerben! 3-4. csoport- Megtörténhetett-e a valóságban? Reális- irreális elemek a történetben. Légy proaktív!	eszmecsere, megbeszélés	csoport	íróeszköz lap	6. szokás Teremts szinergiát! 4. szokás Gondolkodj nyer-nyerben! 1. szokás Légy proaktív!
	A megoldások ismertetése	ismertetés	egyéni (szóvivő) frontális		
10 perc	REFLEKTÁLÁS és Legek kialakítása -legszimpatikusabb személy -legellenszenvesebb személy -legmegdöbbentőbb jelenet -legviccesebb jelenet -legvalószerűtlenebb jelenet	írás magamnak	egyéni	lap íróeszköz	
	A leírtak megbeszélése először csoportonként, konszenzus	letettük a garast érvelés	csoport		
	Legek megbeszélése frontálisan	megbeszélés vita	frontális		

Foglalkozásvázlat

Az óra témája: A Sean Covey: A kiemelkedően eredményes kamaszok 7 szokásának alapjaival való első megismerkedés.

Osztály: 9. AJTP csoportfoglalkozás

Az óra cél- és feladatrendszere: A diákok eredményességre segítése, hogy életük átgondolásával fejlesszék vezetői készségeiket és tudjanak inspiráló célokat kitűzni maguknak.

Felhasznált szakirodalom:

Sean Covey: A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása (Harmath Bp. 2014.)

Tanári Kézikönyv: Tiéd a választás (A 7 szokás munkafüzet tizenévesek számára)

Éltrevaló Pedagógusok és diákok életvezetési készségeinek erősítésén alapuló iskolakultúra-fejlesztési folyamat. A megvalósítás napja

Dátum: 2015. november 9.

Idő: 45 perc

Időkeret	A foglalkozás menete	Tanári tevékenység	Tanulói tevékenység
5'	Hangulatle-remtés Bevezetés	<i>Kérnék egy vállalkozót, aki a vízszintes térben bejárja az eddigi életútját néma játékkal kifejezve. Gondolj vissza az önismereti órán megtett rajzodra! Használd a mimikádat, gesztusaidat, testhelyzetedet! Kérek mindenkit, hogy álljon fel, hogy jobban rátekinthessen az útra! Milyen volt életútja? Hogy láttátok? Emelje fel a kezét az, aki úgy gondolja, hogy nehéz ma tizenévesnek lenni? Miért? Könnyebb vagy nehezebb, mint amikor szüleitek ennyi idősek voltak?</i>	(Segítség egy vízszintes tengely megrajzolása krétával szemben üléssel. Pozitív oldal a jobb, negatív érték a bal oldal.) Vélemények meghallgatása
10'	Az élet útkereszte-ződései tábla felrakása.	Azt látom, hogy érzékelitek, hogy életek legnehezebb és legfontosabb szakaszában vagytok! Nem könnyű megbirkózni a mindennapok hullámhegyeivel –és völgyeivel és a jövődet komolyan befolyásoló döntéseivel. Ezek az élet útkereszte-ződései. Ezen a rajzon megjelentek táblák. Ti milyen feliratokkal egészítenétek ki az útlejtőt? Ha van ötleted írd fel a papírra és ragaszd fel a táblára! Egy ötlet csak egyszer kerüljön fel! - Gondolom, jó lenne a segítség azzal kapcsolatban, hogyan tudnál jobban boldogulni születeddel, barátaiddal, tanáriddal vagy hogyan kezeld a kortársnyomást. Ez bizony a döntések sorozata, amit neked kell meghozni! Ki hozott már életében teljesen egyedül nehéz döntést? Megosztanád velünk? E nehéz helyzetű egyedüli döntésben mi segített nektek? Persze a döntés meghozatala mindvégig a te kezében volt! - ami persze meghatározta a további életedet!	1-2 döntés meghallgatása Vélemények meghallgatása

Időkeret	A foglalkozás menete	Tanári tevékenység	Tanulói tevékenység
5'	Ki vagyok? vers meghallgatása 1 ppt: A szokás fogalma	Miről szolt a vers? Álljatok fel és próbáljátok egymás után háromszor karba tenni a kezeketek! Most próbáld meg még egyszer, de a másik kezed legyen felül! Mit tapasztaltál? <u> Szokás: gyakran végzett automatikussá vált cselekvés; először mi alakítjuk ki azokat, aztán azok alakítanak minket és a sorsunkat. Úgymond bekapcsolják a „robotpilótáinkat”</u>	Pedagógus felolvasva A szokásról. Egy tanuló felolvasva a tábláról.
20'	2.PPT 1. szokás: Légy proaktív! 3.PPT Proaktív fogalma 4.PPT 2. szokás: Tudd előre, hová akarsz eljutni! 5.PPT 3. szokás: Először a fontosat! 6.PPT 4. szokás: Gondolkodj nyer-nyerben! 7.PPT 5. szokás: Először érts, aztán értesd meg magad! 8.PPT 6. szokás: Teremts szinergiát! 9.PPT Szinergia fogalma 10. PPT 7. szokás: Élezd meg a „fűrészt”! 11. PPT Az összes együtt a fával. 12. Példa a diákok ötletességére.	Egy két perc alatt gyűjtsd össze a szokásaidat! Mindegy, hogy jók vagy rosszak! Pl. Reggelenként beagyazok..... Szeretnék meghallgatni a szokásaitokból! Alljon a mosolygós maszk mögé aki, jó szokást szeretne mondani, a sírós maszk mögé, aki rosszat! Előfordult-e veletek, hogy felismertél olyan szokást, amiről eddig nem tudtál? <u>Igy összegezve elmondhatjuk, hogy a döntéseink és szokásaink határozzák meg az életünket, s hogy ez számokra kiemelkedően sikeres legyen, megismeritek a kiemelkedően eredményes kamaszok 7 szokását, amelyből első szokás:</u> Mit jelenthet a szó? <i>Vállalj felelősséget az életedért!</i> Proaktív: Előrelátóan, önállóan cselekvő; felelősségteljes, önmagáért felelősséget vállaló. Szerintetek, mit jelent ez a mondat? <i>- Határozd meg életküldetésedet és életcéljaidat!</i> Szerintetek, mit takar ez a mondat? <i>Rangsorold a tennivalókat és a legfontosabbakkal kezd!</i> Mit jelenthez ez a kijelentés? <i>Alakítsd ki magadban a „mindenki nyerhet” hozzáállást!</i> Mi a véleménye ezekről a szokásokról? <i>Figyelmesen hallgasd meg az embereket!</i> Mi lehet a szó jelentése? Szinergia: Együtműködés, együttműködés: amikor több elem vagy tényező együttműködéséből nagyobb teljesítmény, magasabb eredmény jön létre. <i>A jobb eredmény érdekében fogj össze másokkal!</i> Mit jelent ez a mondat, értsd átvitt értelemben? Rendszeresen újítsd meg magad! Ehhez a rendszerhez szimbólumként a fát kapcsolják. Válaszd ki azt a szokást amelyik, legjobban érdekel, kézfelemeléssel jelezz! A továbbiakban mélyebben önismereti, életviteli és csoportfoglalkozás és mentorálás keretén belül találkoztok a hét szokással. Szeretném ha, mi is a 7 szokás fánkat megterveznének és elhelyeznének a szilenciumi termünkben.	Papírlapon összeírják egyénileg Szokások meghallgatása, megbeszélése Válaszok meghallgatása, megbeszélés, közös értelmezés Válaszok meghallgatása, megbeszélés, közös értelmezés Válaszok meghallgatása, megbeszélés, közös értelmezés Válaszok meghallgatása, megbeszélés, közös értelmezés
5'	Az óra összegzése, értékelése.	Mi az, ami érdekes volt számokra vagy magaddal viszel az órából, fejezd ki egy szóval, vagy 1 mondattal, majd szólítsd a társadat.	Gondolatok meghallgatása

HORVÁTH JÁNOS

Foglalkozásvázlat

Célcsoport: 11. évfolyam

Témakör: **Fenntartható környezettudatosság**

Téma: Ember és természet egységes együttélése

Időtartam: 45 perc

Az óra cél- és feladatrendszere: Érzékeltetni a tanulókkal, hogy a felmelegedésnek milyen kiváltó okai vannak, hogy generálja a természet magát a felmelegedéssel kapcsolatban, és mit tehetünk ellene. Hogyan élhetünk harmóniában a természettel? Szokások gyakorlása.

Fejlesztendő attitűd, készségek, képességek: Szociális képességek: empátia, tolerancia, együttműködés, problémamegoldó gondolkodás, közös munka, közös célért, kapcsolatteremtés,

Kommunikációs képességek: verbális kommunikáció – és a hozzá kapcsolódó vokális csatornák, nonverbális kommunikációs csatornák, szövegértés, szóbeli- és írásbeli szövegalkotó képesség, szókincsbővítés

Környezetvédelemmel összefüggő kompetenciák: közös gondolkodás, közös tenni akarási, alternatívák keresése.

Fogalmak: Interglaciális, CO₂, CO, O₃, gleccser, jégsapka, olvadás, gleccser mozgás felgyorsulása, szárazság, hurrikán, árvíz, stb.

Eszközsükséglet: tábla, kréta, óravázlat, DVD lemez, projektor, kivetítő interaktív tábla, toll, post-it.

Tantárgyi kapcsolatok: A NAT-hoz: Földünk-környezetünk. Tantárgyakhoz: Földrajz, környezetismeret,

Felhasznált forrás:

MKNE XIV. országos találkozójának program terve, saját tapasztalat, és olvasott cikkek. Füst Antal, Hargitai Róbert – A jövő potenciális energiaforrásai- Magyar tudomány, 2007/01

National Geographic Channel tv műsor környezetszennyezéssel, túlnépesedéssel, gleccserek olvadásával foglalkozó filmje, és a Globális falu című DVD film, és saját tapasztalat alapján írtam.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			7 Szokás
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
5 p.	<p><u>Bevezetés, ráhangolódás, motiváció:</u> Inspiráló kép, rajz, vagy térkép bemutatása. Miért kell foglalkozni ezzel a témával? Gondolkoztál-e már arról, hogy milyen lenne, ha visszafordíthatatlanná válna a felmelegedés folyamata? Mit tehetünk a felmelegedés ellen globálisan, országonként, és személyesen?</p>	Kérdés felelet, beszélgetés, a témára hangolódás	közös ötletek, kérdés, felelet, vita	gondolattérkép, fotó a témáról	1. szokás LÉGY PROAKTIV! aktív kezdeményezés, személyes felelősségvállalás
30 p.	<p><u>Új ismeret feldolgozás, téma kifejtése.</u> Témával kapcsolatos fogalmak összegyűjtése. 1. - <i>Előzetesen a tanulók közül 5 fő kijelölése.</i> - Az 5 tanuló csoportokat alakít a többi csoporttaggal. - Az öt fő téma, amire menet közben a csoportszóvivők kifejtik a válaszukat: A légszennyezés legfőbb formái Hogyan működnek, és mitől mozognak a gleccserek? Globális felmelegedésnek milyen környezeti hatásai vannak? Felmelegedés hatása az élővilágra: soroljatok fel néhány veszélyeztetett fajt. CO₂ kibocsátás csökkentése miért fontos, és hogyan csökkenthetjük? 2. – <i>A tanulók kérdésre adott válaszai, és az új ismeretek megbeszélése folyamatosan váltja egymást.</i> 3. – <i>A foglalkozás végén néhány érdekesség, különlegesség bemutatása a témával kapcsolatban.</i> 4. - <i>A tanulók felvetődő kérdéseinek megbeszélése. Rövid visszajelzés az együttes munkáról.</i></p>	<p>Egyéni munka</p> <p>Frontális feladat ismeretetés és értelmezés</p> <p>Csoportmunka</p> <p>Frontális megbeszélés, előadói készségek fejlesztése</p> <p>Frontális ismeretátadás, Kérdés, felelet Kulcs-szavak rögzítése Kérdés felelet, frontális</p>	<p>Egyéni munka</p> <p>kis csoportos munka</p> <p>csoportos, és egyéni munkaformák, vita</p> <p>Kérdés, felelet</p> <p>Kérdés, felelet</p>	<p>post-it, toll, tábla</p> <p>toll, papír</p> <p>projektor, smart tábla vizuális képi és írott anyag vetítése / PPT/</p>	<p>4. szokás GONDOLKODJ NYER-NYERBEN! az eredményes együttműködéshez szükséges attitűd elsajátítása, megfelelő kommunikáció</p> <p>5. szokás ELŐSZÖR ÉRTS, AZTÁN ÉRTESED MEG MAGAD! eredményes interperszonális kommunikáció, eltérő nézőpontok megbeszélése vélemény és visszajelzés produktív megfogalmazása</p>
10 p.	<p><u>Befejezés, összegzés</u> Röviden pár mondatban összefoglalják a tanulók milyen új gondolatok ragadták meg a figyelmüket. Fogalmak, idegen szavak felidézése. Összegzéskén elmondhatjuk, hogy a Globális felmelegedés a mai világ legfontosabb témaköre, ami halaszthatatlan megoldást kíván minden egyes embertől.</p>	A tapasztalatok összegzése kritikai észrevétel megfogalmazása, kritika elfogadása	Frontális munka – beszélgető kör	táblakép	2. szokás TUDD ELŐRE, HOVÁ AKARSZ ELJUTNI! a jövőkép és az értékek meghatározása

Foglalkozásterv

Műveltségi terület: Ember és társadalom

Tantárgy: Tematikus csoportfoglalkozás

Osztály: 12. évfolyam

Téma, tartalom: Témakör: Az önismeret és a társas kultúra

Tananyag: **Mások megértésének és tiszteletének képessége**

Tartalom: Ön- és társismeret, perspektíva felvétel, empátiás törődés, közösségi mentálhigiénié

Az óra cél és feladatrendszere:

A kollégiumi nevelés elősegíti, hogy kialakuljanak az önismeret gazdag és szilárd elméleti és tapasztalati alapjai. A közösségi lét, a csoporthoz tartozás, az egymás közötti interakciók elősegítik a reális énkép és az önértékelés kialakulását, melyek a személyiségfejlődés meghatározó elemei. Mód van a mások helyzetébe történő beleélés képességének kialakítására, mások elfogadására. Ezek a képességek elősegítik, hogy kulturált közösségi élet alakuljon ki a kollégiumban.

Ismerjemegazemberikapcsolatoklétrejöttételősegítő, illetve gátló személyiségvonásokat. Legyen tudatában, hogy a gondosan kiválasztott és mély emberi kapcsolatok mennyire értékesek az emberi együttélésben.

Életkorának megfelelő választékossággal legyen képes a társas kommunikációra.

Alakuljon ki a tanulóban a választási lehetőségek felismerésének képessége, és döntési helyzetekben legyen képes e lehetőségeket mérlegelni.

Ismertessük az önismeret és a társas kapcsolati kultúra meghatározó jellemzőit.

A csoport aktív közreműködésével segítsük elő a megalapozott önismeret kialakítását.

Fejlesztési követelmények: Válgják természetessé benne a másik ember személyiségének tisztelete és megértése, a helyes önismeret kialakítása, önmaga felvállalása." (KNOA)

Az óra didaktikai feladatai: Ismeretbővítés tanári magyarázattal, önálló feldolgozással, kooperatív tanulással, játékkal. Fogalomalkítás, ismétlés, összefoglalás, ellenőrzés, értékelés. 7 szokás program során fejlesztett kompetenciák

Fejlesztendő kompetencia- és képességterületek:

Szociális képességek: empátia, tolerancia, együttműködés, elfogadás, perspektíva váltás, konfliktuskezelő attitűd, problémamegoldó gondolkodás, kritikai észrevétel megfogalmazása, kritika elfogadása, segítségnyújtás elfogadása, integritás, kapcsolatteremtés, kapcsolatkezelés

Kognitív képességek: érzelmek-hangulatok érzékelése, a változás észlelése, egymásra és önmagára irányuló figyelem, emlékezet, kritikai gondolkodás,

Orientációs képességek: társas kapcsolatokban, társadalmi struktúrákban való eligazodás képessége, szerialitás

Kommunikációs képességek: verbális kommunikáció – és a hozzá kapcsolódó vokális csatornák, nonverbális kommunikációs csatornák, szövegértés, szóbeli- és írásbeli szövegalkotó képesség, szókincsbővítés

Önismerettel összefüggő kompetenciák: autonómia, identitás, hitelesség

Tantárgyi kapcsolatok: A NAT-hoz: Földünk-környezetünk; Magyar nyelv és irodalom;

Tantárgyakhoz: földünk és környezetünk; magyar nyelv és irodalom; történelem

Felhasznált irodalom:

Pedagógiai Program 42-43.p. <http://www.klebi.sulinet.hu/~webadmin/KKKK-PP.pdf>
(letöltés: 2017. február 12.)

7 dolog, amit tudnunk kell a tiszteletről <http://joportal.hu/johirek/1591> (letöltés: 2017. február 11.)

Rudas János (2007): Delfi örökösei. Lélekben otthon Kiadó. Budapest.

Rázsó Katalin és Nagy Lajos (é.n.): Játsszunk együtt! 111 közösségi játék. Szalay Könyvkiadó és Kereskedőház Kft. Kísújszállás. 67.p.

Varga Irén – Gönczi Károly – Pintér István (é.n.): Önismereti játékok gyűjteménye.

Pedellus Tankönyvkiadó. Debrecen.

<http://filantropikum.com/7-dolog-amit-tudnunk-kell-a-tiszteletrol/> (Letöltés: 2017.02.10.)

Főiskolai jegyzet (2014)

Rag'n'Bone Man: Human: <https://www.youtube.com/watch?v=L3wKzyIN1yk>
(Megtekintés: 2017.02.10.)

Dátum: 2017. 02. 14.

Idő	Az óra menete	A tevékenység célja Fejlesztendő készségek	Munkaforma Módszer	Eszközök	7 szokás / fejlesztett kompetenciák
10p	<p>I. Ráhangelés</p> <p>Köszöntés, köralkotás</p> <p>1. Játék: Találd ki melyik hamis! A csoporttagok körben ülnek. A feladat az, hogy mindenki három tényt mondjon magáról, ezek egyike füllentés. A csoportársaknak kell kitalálni, hogy melyik az. A játék addig tart, amíg mindenki sorra nem kerül.</p> <p>2. A te gesztusaid Egy-egy tanuló próbálja bemutatni a kiválasztott társát csak az illetőre jellemző gesztusokkal. Saját maga próbáljon ráismerni a tulajdonságára, a többiek később segíthetnek. Röviden indokolja, miért ezt emelte ki. (Nem kell mindenkinek és mindenkiről, csak néhány tanuló végzi a feladatot. Felhívom a figyelmet, hogy egy-egy hétköznapi általános jellemző gesztust emeljenek ki)</p> <p>- Én kezdem. (Ramóna) - Ki vállalkozik a bemutatásra? - Miért ezt a gesztust emeltek ki? - (alany) Hogy érzed magad, mennyire igaz rád? - (többiek) Hogy láttatok kívülről a bemutatást és a társatokat, aki magára ismert?</p>	<p>Egymás megismerése, annak fejlesztése</p> <p>Önismeret fejlesztése, empátia fejlesztése Véleményelfogadás kritikai észrevétel megfogalmazása, kritika elfogadása</p>	<p>Frontális munka Beszélgető kör</p>		<p>1. szokás LÉGY PROAKTÍV! • aktív kezdeményezés • felelősségvállalás • a változások hatékony kezelése</p>
2p	<p>II. Feldolgozás</p> <p>Célkitűzés: Mások megismerésének és tisztéletének képessége</p> <p>Véletlenszerű csoportalakítás</p> <p>Puzzle-darabok alapján csoportok kialakítása. Négy képet vágok 4 darabra. Az összekevert darabokból mindenki kap egy darabot. Keressék meg azt a társukat, akinél lehet az ő puzzle-darabjához hozzáillő részlet. Így alkotnak majd egy csoportot. Képek: koldus, sztár, sportoló, rock énekes</p> <p>1. A képek összerakása után, feladatlapon profil készítenek a szereplőkről. Feladat ismertetése: Legyetek profílozó! - Mit gondoltok, milyen típusú embert ábrázol a kép? - Mi lehet az élettörténete? Írjatok róla néhány mondatban!</p> <p>2. A csoportok szóvivője ismerteti az általuk összeállított profilképet. Táblán rögzítjük a képpel együtt.</p> <p>3. Feldolgozás és értékelés: A képekhez kapcsolódó farsangi történet ismertetése. Kérdések: - Miből vontatok le téves következtetéseket? - Mit tehetek, hogy elkerüljétek a hasonló tévedések más embereket illetően? - Ti tévedtetek-e valaha valakinek a megítélésében? - Mi történhet, ha rosszul ítélünk meg másokat?</p>	<p>Játék Figyelem Gondolkodás fejlesztése Kommunikáció Közös véleményalkotás Gondolkodás fejlesztése Együttműködés</p> <p>Kommunikáció</p> <p>Kritikai gondolkodás fejlesztése Tisztelet fogalma</p>	<p>Csoportmunka játék</p> <p>Csoportmunka – alkotómunka</p>	<p>1. melléklet: szétvágtott képek</p> <p>Papír, filctoll</p> <p>Tábla- gyurma</p> <p>2. mellék- let: A történet</p>	<p>4. szokás GONDOLKODJ NYER-NYERBEN! • az eredményes együttműködéshez szükséges attitűd elsajátítása • eredményes csapatok kialakítása • az aszertív kommunikáció alapjainak elsajátítása</p>

Idő	Az óra menete	A tevékenység célja Fejlesztendő készségek	Munkaforma Módszer	Eszközök	7 szakás / fejlesztett kompetenciák
6p 5p	<p>Feltételezett válaszok kulcskifejezései: sztereotípiá, előítélet, benyomás, külső jegyek stb.</p> <p>Áttérés a következő feladatra:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A vállalkozás főnöke milyen attitűddel, hozzáállással rendelkezett? - Milyen lehet a viszonya a dolgozókkal? - Szerintetek tisztelték-e a dolgozókat? Miért? - Hogyan tudjuk másoknak megadni a tiszteletet? <p>5. Tankocka megoldása csoportonként tableten.</p> <p>Hiányos szöveg.</p> <p>A <i>tisztelet</i> nem függ nemtől, kortól, fajtól, identitástól, stb.; lényege, hogy <i>egyénenként</i> vizsgáljuk az embereket. A tisztelet nem mindig <i>kölcsönös</i>, nem azonos a kedvességgel és nem <i>egyenlő</i> a félelemmel. A mások iránti tiszteletünknek a becsületesség, és az őszinteség is fontos tényezője. Akkor tudjuk megbecsülni a másikat, ha önmagunkat is becsüljük.</p> <p>Ellenőrzés táblán.</p> <p>Tételmondatos érverés: mondj véleményt a kiegészített mondat mellett, ha egyetértesz vele, illetve ellene, ha szeretnéd megcáfolni az igazságtartalmát! Csak az beszélhet, akinél a bot van!</p>	Együttműködés Ismeretek alkalmazása	Csoportmunka Kooperatív módszer	projektor, előre beállított Tankocka program: Ember és környezet/ Tisztelet saját készítésű feladat 4 db tablet Beszélő bot	5. szakás ELŐSZÖR ÉRTS, AZTÁN ÉRTESD MEG MAGAD! • eredményes interperszonális kommunikáció • a kölcsönös megértés biztosítása • az eltérő nézőpontok felfedése és megvitatása • vélemény és viselkedés produktív megfogalmazása
6p	<p>III. Összefoglalás</p> <p>1. A foglalkozást záró gondolatok körben:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Milyen tényezők, viselkedés nehezíti a megértést? (<i>Ha egy viselkedés meglep bennünket, eltér az értékrendünktől, másoknak fájdalmat, kárt okoz.</i>) - Milyen tényezők segítik a megértést, megbecsülést? (<i>Különbőség a viselkedés és a személy között, ismeretek a helyzetről, szituációról. Megismerő-megértő beállítottság</i>) <p>2. Szavak, állítások gyűjtése a tiszteletről</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kit, miért tisztelhetünk? A két számodra legfontosabb szempontot írd le! <p>Kiértékelő beszélgetés:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A post-itek alapján mit tartunk a legfontosabbnak? - Mit gondoltok miért? <p>Értékelés</p>	A tapasztalatok összegzése kritikai észrevétel megfogalmazása, kritika elfogadása	Frontális munka -beszélgetőkör	Post-it, tábla, laptop (zene: Rag'n'Bone Man: Human)	2. szakás TUDD ELŐRE, HOVA AKARSZ ELJUTNI! • a jövőkép és az értékek meghatározása • célirányos stratégia kialakítása

1. melléklet



1.



2.



3.



4.

A képek forrása:

1. <https://theologia.files.wordpress.com/2011/05/dobri-dobrev-14.jpg>
(Letöltés: 2017.02.10.)
2. http://www.jelmez.eu/catalog/product_info.php?cPath=188&page=4&cPath=188&products_id=19965 (Letöltés: 2017.02.10.)
3. http://divatruha.vatera.hu/uniszex_ruhasat/jelmez_kosztum_alarc/index_c11262.html?qt=1&td=on&q=jelmez+kieg%E9sz%EDt%F5+panda+maci+medve+sapka
(Letöltés: 2017.02.10.)
4. <http://hu.123rf.com/stock-foto/%C3%A9nekes.html?mediapopup=50015798>
(Letöltés: 2017.02.10.)

2. melléklet

A történet (saját írás)

Egy kis cég igazgatója úgy döntött, hogy meglepi dolgozóit egy farsangi rendezvény-nyel. Megkérte őket, hogy jelmezbe jöjjenek. Az igazgató maga koldusnak öltözött. A mindig komoly titkárnő a fodrászához sietett, hogy egy sikeres frizúrával segítsen átalakulni rock énekesnővé. A könyvelő, aki egész nap az íróasztalnál görnyed, még a szemüvegét is levette, hogy hiteles sportolóvá alakuljon. A takarítónő is részt vett a bulin, végre felvehette nagyanyja által őrzött tollas fejdíszét és stóláját. Az ünnepség nagyon jól sikerült, mindenki jól érezte magát.

NAGY BRIGITTA

Óraterv – Carpe Diem

Műveltségi terület: Ember és társadalom

Tantárgyi kapcsolatok: Mozgókép- és médiaismeret, magyar nyelv és irodalom, tánc és dráma, osztályfőnöki óra, önismereti foglalkozás, kollégiumi csoportfoglalkozás (testi és lelki egészség témakör)

Osztály: 10. évfolyam

Az óra témája: **Testi és lelki egészség – Stressz, stresszkezelés módszerei**

Cél: Stressz fogalmának feltárása, stresszkezelési lehetőségek megbeszélése. Cél, hogy a diákokban elinduljon egyfajta nézőpontváltás a stressz érzésével, fogalmával, kezelésével szemben. A foglalkozáson a Holt költők társasága című film egy részletének megbeszélése is megtörténik. A jelenet üzenete Sean Covey A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása című könyvében is feldolgozásra került.

7 szokás: Az óra megvalósítása során a következő szokások kerülnek előtérbe:

- *1. Légy proaktív!* – Nézőpontváltással, életvezetéssel kapcsolatos feladat
- *2. Tudd előre, hová akarsz eljutni!* – Az együttműködésen alapuló kooperatív tanulás, kiscsoportokban megtervezett és megvalósított szituációs feladatok mind e szokást helyezik előtérbe. Ezenkívül a folyamatos tervezés a jövő okozta bizonytalanság enyhítésében, a stressz kezelésében is segíthet.
- *3. Először a fontosat!* – Feladatok alatt tanúsított időkezelés, időbeosztás gyakorlása során kap hangsúlyt.
- *4. Gondolkodj nyer-nyerben!* – Az együttműködésen alapuló kooperatív tanulás, kiscsoportokban megtervezett és megvalósított szituációs feladatok során.
- *5. Először érts, aztán értesd meg magad!* - Kooperatív feladatvégzésen alapuló közös munka; stresszkezelés témájánál is előtérbe kerül
- *6. Teremts szinergiát!* – Kooperatív feladatvégzésen alapuló közös munka
- *7. Élezd meg a fűrészt!* A stressz témájával kapcsolatos megbeszélés során fontos ki térni a sport, életmódváltás, kirándulás, testmozgás előnyeire mint stresszkezelést segítő elemekre.

Felhasznált források (tankönyv, munkafüzet, feladat- és szöveggyűjtemény, digitális tananyag, online források, szakirodalom stb.):

Dávid Imre–Fülöp Márta–Pataky Nóra–Rudas János *Stressz, megküzdés, versengés, konfliktusok* Interneten megtalálható: http://tehetseg.hu/sites/default/files/konyvek/geniusz_34_net.pdf

Sean Covey: *A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása*, Budapest, Harmat, 2014. 142-143. p. (*Holt költők társaságával* kapcsolatos rész)

Holt költők társasága – Carpe diem- Ragadd meg a napot! filmrészlet: <https://www.youtube.com/watch?v=BmE6i6wJHmE>

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			7 szokás
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
5 perc	<u>Ráhangelődés:</u> 1. Mit jelent számotokra a stressz, mi jut eszetekbe a stressz szóról? Készítsetek gondolattérképet csoportban! Jegyzetek megbeszélése.	Gondolattérkép, megbeszélés (A gondolattérképek nem kerülnek poszter formájában bemutatásra, a technika jelen esetben csupán a gondolatok rendszerezését szolgálja.)	Kiscsoportos (3-5 fő), csoportos	A4-es lapok, filcek	4. Gondolkodj nyér-nyerben! 6. Teremtsz színergiát!
25 perc (10+15)	<u>Jelentésteremtés:</u> 2. Szituációs feladat: Minden csoport egy-egy rövid szituációval készül. Téma: Stressz és stresszkezelés a diákok szemszögéből. A szituációk bemutatása során a többi kiscsoport a következő szempontok szerint értékel: 1. Téma aktualitása, saját tapasztalat 2. Kreativitás 3. Egyéb tanács 4. Az tetszett a legjobban/azt tartottam a legérdekesebbnek, amikor...	Szituációs játék (A szituációk összeállításához gondolatébresztő témakörök is adhatók/ húzhatók: szerelem, tanulás, konfliktus szülővel/baráttal/tanárral, kollégiumi élet/diákélet, honvágy, sport)	Kiscsoportos, csoportos	Esetleg toll, papír	2. Tudd előre, hová akarsz eljutni! 4. Gondolkodj nyér-nyerben! 5. Először érts, aztán értesd meg magad! 6. Teremtsz színergiát!
5 perc	4. Megbeszélés folytatása. Stressz témájának meghatározása a szakirodalom segítségével.	Beszélgetés, információcsere, ismeretközlés. (Rövid PPT bemutatóval kiegészíthető a beszélgetés. Dávid Imre–Fülöp Márta–Pataký Nóra–Rudas János <i>Stressz, megküzdés, versengés, konfliktusok</i> című könyve alapján.)	Csoportos	Stressz a szakirodalom szerint – idézet, meghatározás (Érinthető témák: Eustressz-distressz; Diszkrét és folytonos stressz; Stressz szakaszai)	5. Először érts, aztán értesd meg magad!
10 perc	<u>Reflektálás:</u> 5. <i>Holt költők társasága</i> című film egy részletének megtekintése. Mondanivaló összefoglalása közösen. <u>Írás magam számára:</u> Válassz ki egy állandó stresszt okozó elemet az életvedben. Írd le, mit kell tenned, milyen nézőpontváltozáson kell átesned annak érdekében, hogy a stressz enyhüljön/megszűnjön? A szükséges szokás is megjelölhető.	Filmrészlet vetítése, reflektálás. (A filmrészlet kb. 3 perc terjedelmű. Téma: Carpe Diem. Összegzés: Covey: A kiemelkedően eredményes fiatalok c. könyv 142. p. alapján <i>Holt költők társaságával</i> kapcsolatos rész)	Egyéni, csoportos	Laptop, projektor, toll, kitolható kártyák (melléklet)	2. Tudd előre, hová akarsz eljutni! 7. Élezd meg a fűrészt! 1. Légy proaktív! 2. Tudd előre, hová akarsz eljutni!

Melléklet: Írás magam számára



Példák:

Stresszforrás	Mit tehetek ellene?
Konfliktus szülővel	Kommunikáció; konfliktuskerülés; belegondolni a másik fél helyzetébe; közös program szervezése (4., 5., 6., 7. szakás)

Stresszforrás	Mit tehetek ellene?
Rossz jegyek matematikából	Korrepetálás kérése; Több idő a gyakorlásra (1., 2., 3. szakás)

Stresszforrás	Mit tehetek ellene?
Élégedetlenség a külsőmmel	Törekednem kell az egészséges táplálkozásra; konditerem heti rendszerességgel (1., 2., 7. szakás)

Esélyóra foglalkozás tervezet

*A foglalkozás címe: **Adj esélyt a témának!***

Alcím: Ciki tartalmak, amiről mindenki beszél, de sokszor nem tudja, hogy mit. Légy Te a közösségben az első, akinek helyén van az esze!

Javasolt korosztály: középiskola 9-14. évfolyam

A foglalkozás célja:

1. Utat törni az eleve elutasító középiskolás attitűdön!
2. Feltérképezni és visszacsatolni a bennünk lévő előítéletet!
3. Érzékenyítés a roma/cigány populáció problémái iránt.
4. Változást generálni, nyitottá tenni az esélyórával érintett osztályt.

A pedagógus kiemelt feladata:

- Nem közvetíthet megkülönböztetést erősítő információt, egyéni véleményt!
- El kell kerülni az osztály tanulóinak érintettségét!
- Osztályközösségen belüli akut problémahelyzetekkel, konfliktusokkal nem foglalkozhat az első alkalommal, de nem is utasíthatja el a folytatást!
- Minden pedagógus mérje fel a saját kompetencia határait! Ha számára nem megoldható a felmerülő helyzet, keressen szakmai segítséget!
- El kell fogadnia a tanulók által megfogalmazott véleményt! A vélemény mássága miatt nem szégyenítheti meg a tanulókat!

Ajánlott módszerek:

- pozitív megerősítés
- visszatükrözés
- 7 Szokás elemek használata
- közös nyelv megalapozása – glosszárium, fogalom magyarázat
- asszociáció
- metafora módszer
- befejezetlen mondatok használata
- kooperatív módszerek – vitakorongok, szakértői mozaik stb.
- tételmondatos érvelés
- World Café vitamódszer

Az óra kulcskifejezései: együttműködés, saját gondolatok – saját élmény, proaktív gondolkodás, cigány népmismeret, előítélet, sztereotípa, diszkrimináció, cigány, roma, társadalom, másság elfogadása, tolerancia, szegregáció, integráció, inklúzió

A foglalkozás során felmerült idegen fogalmak, kifejezések magyarázata:

1. *előítélet*: Nem tapasztalatokra alapozott, hanem pozitív v. negatív elfogultságból eredő ítélet, amely általában hamis, helytelen következtetésekhez vezet. Az előítélet gyakran oka csalódásoknak, amennyiben az ember olyan tulajdonságokat tulajdonít más embereknek vagy jelenségeknek, amelyek azokban nincsenek meg. A mai szóhasználatban az előítélet legtöbbször pejoratív jelentésárrnyalattal jelenik meg. Azonban amennyiben az előítélet pusztán hipotetikus jellegű, s az adott ember valóságos összetevők számbavételével képes azt igazolni, módosítani v. megváltoztatni pozitív ítéletalkotásnak is lehet forrása. <http://www.kislexikon.hu/eloiotelet.html#ixzz3aCDZuCVX>

2. *sztereotípi*a: Felszínesen általánosító vélemény. Negatív, pozitív vagy semleges elképzelések és előítéletek együttese. <http://idegen-szavak.hu/sztereot%C3%ADpia>

3. *diszkrimináció*: Hátrányos különbségtétel, megkülönböztetés. Olyan megkülönböztető bánásmód (cselekedet, tevékenység, kijelentés, elmulasztott tett, viselkedés), mely az egyén vagy a csoport esélyegyenlőségére hat. A hatása lehet negatív vagy pozitív, módszere pedig nyílt vagy burkolt. <http://hu.wikipedia.org/wiki/Diszkrimin%C3%A1ci%C3%B3>

4. *reaktív*: visszaható <http://idegen-szavak.hu/reakt%C3%ADv>

5. *proaktív*: Előrelátóan cselekvő; felelősségteljes, önmagáért felelősséget vállaló; automatikusan végbemenő; kérés nélkül lezajló. <http://idegen-szavak.hu/proakt%C3%ADv>

6. *tolerancia*: Latin eredetű szó. Elsősorban türelmességet jelent mások véleménye, főleg vallása, világnézete, etnikai vagy nemzeti hovatartozása, illetve más egyebek iránt. <http://hu.wikipedia.org/wiki/Tolerancia>

7. *paradigma*: „A paradigma (vagy *korszellem*) a gondolkodásoknak, vélekedéseknek, értékeknek és módszereknek egy adott társadalom vagy szűkebben egy tudományos közösség minden tagja által elfogadott *összességét* jelenti.” <http://hu.wikipedia.org/wiki/Paradigma>

8. *paradigmaváltás*: A paradigma jelentősége abban áll, hogy az ember néha krízisbe, konfliktusba kerül meglévő véleménye, beállítottsága, hiedelmei, gondolatai, ismeretei stb. ellentmondásossága miatt, amelyet sokszor ezek átfogó (paradigma-méretű) megváltoztatásával tud csak feloldani. A társadalmi méretű paradigmaváltásra ezzel szemben akkor szokott sor kerülni, ha a lakosság nagy részében áll fenn hasonló konfliktus, és csupán a hozzáállás megváltoztatásával – amely viszonylag kevés pszichikai energia ráfordítását igényli – jelentős alkotó energiákat lehet az elérendő közösségi célokra felszabadítani.

Fejlesztendő képességterületek:

Szociális képességek: empátia, tolerancia, együttműködés, elfogadás, perspektíva váltás, konfliktuskezelő attitűd, problémamegoldó gondolkodás, kritikai észrevétel megfogalmazása, kritika elfogadása, segítségnyújtás elfogadása, integritás

Kognitív képességek: érzékelés, észlelés, figyelem, emlékezet, gondolkodás, képzeleti működés – kreativitás, fantázia, vitakészség, ok-okozati viszonyok felismerése,

Orientációs képességek: társas kapcsolatokban, társadalmi struktúrákban való eligazodás képessége, szerialitás

Kommunikációs képességek: verbális kommunikáció – és a hozzá kapcsolódó vokális csatornák, nonverbális kommunikációs csatornák, szövegértés, szóbeli- és írásbeli szövegalkotó képesség, szókincsbővítés

Felhasznált szakirodalom:

Cikkek, írások a romákról a közelmúltból (linkek)

<http://beszelo.c3.hu/cikkek/a-romakrol-valo-beszed>

<http://nepszava.hu/cikk/1057121-holokauszt-kiallitas-nyilt-a-romakrol-pecsett---fotok>

<http://nepszava.hu/cikk/1001098-befogadja-e-valaha-is-romakat-a-tarsadalom>

<http://www.osztalyfonok.hu/cikk.php?id=187>

<http://www.hirado.hu/2015/04/16/a-romakrol-targyalt-az-ep/>

<http://kommon.bme.hu/esely-egyenloseg-akadalymentes-tarsadalom/560/cikkek/helyzetjelent-es-a-magyarorszag-i-romakrol/>

http://index.hu/kultur/2015/03/13/roma_test/

- pozitív minták a médiában

http://norvegminta.blog.hu/2015/04/09/tul_a_ciganyzenen_es_a_verszegeny_megemlekezeseken

http://metszetek.unideb.hu/files/2013_1_05.pdf

http://civilmedia.net/cm/bernath_legfrissebb_szelre_tolva_.pdf


<http://www.atv.hu/belfold/20141120-mintafalut-csinalt-a-baranyai-telepulesbol-a-roma-polgarmester>

http://mandiner.hu/cikk/20141010_orban_a_romak_magyarorszag_rejtett_tartalekai#

<http://www.hir24.hu/belfold/2014/07/21/nem-a-ciganyok-tehetnek-a-rossz-megitelesukrol/>

http://magyarnarancs.hu/belpol/nem_volt_szuksegszeru_hogy_idaig_jussunk_-szoke_judit_kisebbsegi_szakerto_a_polgar_alapitvany_igazgatoja-76125

Időigény	Téma	Feldolgozás menete	Munkaforma	Tárgyi feltételek																																																																																																																																		
5 perc	A téma bevezetése, aktualitása	<p>Asszociáció befejezetlen mondatral</p> <p>A romáról az jut eszembe, hogy...</p> <p>1. Az osztályban minden tanuló post-it-re írja a mondat befejezését.</p> <p>2. A táblára felhelyezzük, és hangosan ismertetjük a kapott véleményeket a tanulókkal, közben csoportosítjuk a hasonló tartalmú, területre irányuló mondatokat</p> <p>Csoportosítás várható szempontjai:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kultúrára vonatkozó megállapítás - viselkedésre vonatkozó megállapítás - roma értékekre vonatkozó megállapítás - munkanélküliség kérdésre - aluliskolázottság kérdésköre - stb. <p>3. Melyik véleményt tartod előlételesnek? Miért?</p>	<p>Önálló FOM</p>	<p>post it tábla filc</p>																																																																																																																																		
5 perc	Fogalom magyarázat, „közös nyelv”	<p>Kapcsolódó kifejezések értelmezése, példákkal</p> <p>Tolerancia – szözmankó</p> <p>Feladat: A tolerancia szó minden egyes betűjével írjunk olyan kifejezéseket, amelyek kapcsolódnak a toleranciához, magyarázva azt.</p> <p>Egy elkészített minta:</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr><td>T</td><td>O</td><td>L</td><td>E</td><td>R</td><td>A</td><td>N</td><td>C</td><td>I</td><td>A</td></tr> <tr><td>Ú</td><td>T</td><td>E</td><td>L</td><td>A</td><td>T</td><td>E</td><td>É</td><td>S</td><td>L</td></tr> <tr><td>R</td><td>T</td><td>L</td><td>F</td><td>C</td><td>T</td><td>M</td><td>L</td><td>K</td><td>A</td></tr> <tr><td>E</td><td>H</td><td>K</td><td>O</td><td>I</td><td>I</td><td>Z</td><td></td><td>O</td><td>K</td></tr> <tr><td>L</td><td>O</td><td>I</td><td>G</td><td>O</td><td>T</td><td>E</td><td></td><td>L</td><td>I</td></tr> <tr><td>E</td><td>N</td><td>E</td><td>A</td><td>N</td><td>Ú</td><td>T</td><td></td><td>A</td><td>T</td></tr> <tr><td>M</td><td>I</td><td>G</td><td>D</td><td>Á</td><td>D</td><td>I</td><td></td><td>I</td><td>H</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>É</td><td>Á</td><td>L</td><td>S</td><td></td><td></td><td>A</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>M</td><td>S</td><td>S</td><td>I</td><td>É</td><td></td><td>M</td><td>T</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>I</td><td>Z</td><td>S</td><td>G</td><td>I</td><td></td><td>O</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>N</td><td>S</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>N</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>T</td><td>É</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>T</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>A</td><td>G</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>A</td><td></td></tr> </table>	T	O	L	E	R	A	N	C	I	A	Ú	T	E	L	A	T	E	É	S	L	R	T	L	F	C	T	M	L	K	A	E	H	K	O	I	I	Z		O	K	L	O	I	G	O	T	E		L	I	E	N	E	A	N	Ú	T		A	T	M	I	G	D	Á	D	I		I	H			É	Á	L	S			A				M	S	S	I	É		M	T			I	Z	S	G	I		O				N	S					N				T	É					T				A	G					A		<p>Prezentáció – előadás</p> <p>FOM – Probléma-fókusszal (vita, érvelés)</p>	<p>Ppt, projektor, laptop</p> <p>Fehér tábla, flipchart tábla, íróeszköz</p>
T	O	L	E	R	A	N	C	I	A																																																																																																																													
Ú	T	E	L	A	T	E	É	S	L																																																																																																																													
R	T	L	F	C	T	M	L	K	A																																																																																																																													
E	H	K	O	I	I	Z		O	K																																																																																																																													
L	O	I	G	O	T	E		L	I																																																																																																																													
E	N	E	A	N	Ú	T		A	T																																																																																																																													
M	I	G	D	Á	D	I		I	H																																																																																																																													
		É	Á	L	S			A																																																																																																																														
		M	S	S	I	É		M	T																																																																																																																													
		I	Z	S	G	I		O																																																																																																																														
		N	S					N																																																																																																																														
		T	É					T																																																																																																																														
		A	G					A																																																																																																																														
10 perc	Kifejtés 1.	<p>Reaktív – proaktív mondatok a cigánysággal kapcsolatban</p> <p>Feladat:</p> <p>1. Vizsgáljuk meg a mindennapi gondolkodásunkat, vélemény alkotásunk! Az alábbi reaktív típusú gondolatokat sokszor hallhatjuk környezetünkben, de akár a médiában is. Alakítsuk át őket proaktívvá, hogy előrevivó, megoldást keresőek legyenek! (mintasor pirossal)</p> <p>2. A csoportalakítás szempontját nagymértékben befolyásolja a csoport összetétele. Törekedjünk a heterogén összetételre: pl. nemek terén, látható hátrányos helyzet vagy roma/cigány tanulók arányos elosztása indokolt.</p> <p>3. Differenciálásra lehetőséget adó feladat: azok a csoportok, amelyek gyorsabban haladnak, több mondatot is átalakíthatnak.</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th>REAKTÍV</th> <th>PROAKTÍV</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A cigányok alkalmatlanok az együttélésre (társadalmi szinten).</td> <td><i>Valamennyi nemzetiségnek és a többségi társadalomnak is érdeke az együttműködésen alapuló együttélés. Közös ügyünk, ezáltal mindannyiunk felelőssége.</i></td> </tr> <tr> <td>A legfőbb jellemzőjük, hogy tanulatlanok. Azért nincs munkájuk, mert nincs iskolai végzettségük.</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ma Magyarországon meghatározó a cigány bűnözés.</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A cigány családok a családi pótlékból tartják el magukat.</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A cigányok csak szegregált telepeken, egymás között érzik jól magukat.</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	REAKTÍV	PROAKTÍV	A cigányok alkalmatlanok az együttélésre (társadalmi szinten).	<i>Valamennyi nemzetiségnek és a többségi társadalomnak is érdeke az együttműködésen alapuló együttélés. Közös ügyünk, ezáltal mindannyiunk felelőssége.</i>	A legfőbb jellemzőjük, hogy tanulatlanok. Azért nincs munkájuk, mert nincs iskolai végzettségük.		Ma Magyarországon meghatározó a cigány bűnözés.		A cigány családok a családi pótlékból tartják el magukat.		A cigányok csak szegregált telepeken, egymás között érzik jól magukat.		<p>Csoportmunka (4 csoportban: optimális csoportlétszám 4-6 fő)</p>	<p>Mondatártyák</p> <p>Az ábrázolt kerettáblázat csomagolópapíron vagy táblán</p> <p>Filcek</p>																																																																																																																						
REAKTÍV	PROAKTÍV																																																																																																																																					
A cigányok alkalmatlanok az együttélésre (társadalmi szinten).	<i>Valamennyi nemzetiségnek és a többségi társadalomnak is érdeke az együttműködésen alapuló együttélés. Közös ügyünk, ezáltal mindannyiunk felelőssége.</i>																																																																																																																																					
A legfőbb jellemzőjük, hogy tanulatlanok. Azért nincs munkájuk, mert nincs iskolai végzettségük.																																																																																																																																						
Ma Magyarországon meghatározó a cigány bűnözés.																																																																																																																																						
A cigány családok a családi pótlékból tartják el magukat.																																																																																																																																						
A cigányok csak szegregált telepeken, egymás között érzik jól magukat.																																																																																																																																						

10 perc	Kifejtés 2.	<p>Milyen problémákkal kell ma Magyarországon a cigányságnak megküzdenie?</p> <p>1. A táblán látható az élet útélagázása című rajz. Írjátok rá az útjelző nyilakra az átalatok beazonosított problémákat, majd helyezétek el az útjelző oszlop rajzán!</p> <p>2. Beszámoló a csoportmunka során kialakult konszenzusról!</p> <p>3. Ha jól látják a tanulók a problémákat, akkor javasolt azok megoldására is időt szánni! Mindez jól erősíti a perspektíva felvételét.</p> <p>4. Ha szemmel láthatóan kevés az információ, akkor a foglalkozás terv előtt megjelenített linkek segítségével juttassuk a tanulókat plusz információhoz, ezek azok a cikkek, íráások, amelyeket az internetes kereső legelőször kiad.</p>		Csoportmunka – a könnyebb megkülönböztetés miatt használjunk csoportonként más-más színt!	Útélagázás rajza a táblán Útjelző nyilak különböző színű papírból Filcek
10 perc	Kifejtés 3.	<p>Probléma feldolgozás: Feladat: Csoportonként egy-egy problémahelyzetet kaptok. A történet tükreben fogalmazd meg a jelölt szereplőknél: ők mikor nyerne ebben a konfliktusban? Mi lenne az az egyezés, amivel mindketten jól jönnek ki a történetből? Minden csoport más-más szituációt kapott! Szervezési keretek: 1. A-AA a párba állított történet. Az egyikben jelezzük, hogy a főszereplő roma/cigány származású, a másikban nem. Lesz-e különbség a 2 csoport problémamegoldásában? 2. B-BB a párba állított történet. Az egyikben jelezzük, hogy a főszereplő roma/cigány származású, a másikban nem. Lesz-e különbség a 2 csoport problémamegoldásában? 3. Javasolt sorrend: A és B, amelyek a nem roma tartalmú probléma helyzetek. Ezt kövesse: AA és BB a szereplők roma származásának megjelölésével. 4. Történetek háttere: mindkettő megtörtént eset roma származású, középiskolás tanulóval. 5. Fontos a tanulság megfogalmazása, válasz keresése a miértekre. A történetek a mellékletben találhatók.</p>		Csoportmunka (Ha nagyobb az osztálylétszám, akkor ki lehet adni egy-egy variációt több csoportnak is) Klasszikus csoportszerepek oszthatók!	Sokszorosított probléma helyzetek Filc A/4-es üres papírok
5 perc	Befejezés Érzelmi reflexiók helye	<p>1. Töltsék ki a tanulók az alábbi befejezetlen mondatokat! Aki szeretné, ossza meg a társaival! Ha a roma/cigány nemzetiség szín lenne, akkor..... Ha a roma/cigány nemzetiség virág lenne, akkor..... Ha a roma/cigány nemzetiség étel lenne, akkor..... Ha a roma/cigány nemzetiség természeti képződmény lenne, akkor..... Ha a roma/cigány nemzetiség melléknév lenne, akkor..... (A feladat helyettesíthető fotókkal. Instrukció: Melyik fotó példázza számokra a legkifejezőbbben a roma/cigány nemzetiséget?)</p> <p>2. Kérjünk egyéni véleményeket a tanulóktól! - A mai foglalkozásnak számomra az a tapasztalata, hogy... - Azt viszem magammal... - Az tetszett a legjobban...</p>			Tömbpapír Filc Asszociációs képsorozat (javasolt csoportjai: állatok, növények, fák, erdőrészetek, természeti képződmények, épített környezet, szobrok stb.)

Melléklet:

Nyer – nyer helyzet felállítás (problémakezelés, esetmegbeszélés), ezáltal a roma származás pozitív megítélésének elősegítése

1. **probléma (A):** Kata osztálya Horvátországba megy kirándulni. Az út költségeit pályázatból fedezik. De a tanulónak nincs költőpénze, mert édesapja nem tudott neki adni. Ketten élnek egy családban, az édesapja hosszú idő óta munkanélküli. Minden fillérnek helye van, az osztálykirándulást nem tudja megtámogatni. A családnak már az is megerőltető kiadás, hogy faluról bejárjon a városi iskolába tanulni. Hogy ne legyen senki számára kellemetlen, a kislány beteget jelent.

Kata akkor nyer, ha.....

Az osztályfőnök akkor nyer, ha.....

Egyezség:

2. **probléma (B):** Dani az egyik angol órán barátjával együtt dolgozik a kiadott feladaton. Angol nyelven egy bűnügyet kell leírniuk. A sztoriban vannak elkövetők, áldozatok, nyomozó, gyilkosság, indíték stb. A két fiú, hogy érdekesebb legyen a történet, a sztori szereplőit az osztálytársak közül veszik. Amikor elő kell adni, akkor az osztály nagyon élvezi, az osztályfőnök viszont mérhetetlenül dühös, és behívhatja a szülőket. Sanyi édesanyja a külföldön dolgozik, így a részéről csak a 2 évvel idősebb nővére tud megjelenni. Már korábban is volt probléma a testvérével, időnként összeférhetetlen az osztály tanulóival.

Dani akkor nyer, ha...

Az osztályfőnök akkor nyer, ha...

Egyezség:

3. **probléma (AA):** Kata beás cigány származású középiskolás lány. A családnak már az is megerőltető kiadás, hogy faluról bejárjon a városi iskolába tanulni. Osztálya Horvátországba megy kirándulni 4 napra. Az út költségeit pályázatból fedezik. De a tanulónak nincs költőpénze, mert édesapja nem tudott neki adni. Ketten élnek egy családban, az édesapja hosszú idő óta munkanélküli. Minden fillérnek helye van, az osztálykirándulást nem tudja megtámogatni. Hogy ne legyen senki számára kellemetlen, a diák beteget jelent.

Kata akkor nyer, ha.....

Az osztályfőnök akkor nyer, ha.....

Egyezség:

4. **probléma (BB):** Dani beás cigány származású középiskolás fiú. Sok probléma van vele, időnként összeférhetetlen az osztály tanulóival. Az egyik angol órán barátjával együtt dolgozik a kiadott feladaton. Angol nyelven egy bűnügyet kell leírniuk. A sztoriban vannak elkövetők, áldozatok, nyomozó, gyilkosság, indíték stb. A két fiú, hogy érdekesebb legyen a történet, a sztori szereplőit az osztálytársak közül veszik. Amikor elő kell adni, akkor az osztály nagyon élvezi, az osztályfőnök viszont mérhetetlenül dühös, és behívhatja a szülőket. Sanyi édesanyja a külföldön dolgozik, így a részéről csak a 2 évvel idősebb nővére tud megjelenni.

Dani akkor nyer, ha...

Az osztályfőnök akkor nyer, ha...

Egyezség:

A megbeszélés szempontjai:

- Mi kellett a közös egyezség felállításához? Eljutottatok-e odáig?
- Mennyire érzed valósnak a probléma szituációkat?
- Mutat-e eltérést a probléma megoldása, ha plusz információként tudod, hogy a szereplők roma származásúak?

A foglalkozás során felmerülő kérdések le reagálása:

1. Ha a pedagógusnak van roma/cigány népismereti tudása, akkor a felmerülés során azonnal megválaszolhatja az érdeklődő kérdéseket, és ajánlásokat tehet a diákok számára, hogy honnan tudnak több információt szerezni?

2. Ha a pedagógusnak nincs, vagy korlátozott a roma/cigány népismereti tudása, akkor beszélje meg az osztályfőnökkel, hogy írják össze a tanulók által megfogalmazott kérdéseket, és egy következő alkalommal, célirányosan tudunk tudást közvetíteni, a csoport érdeklődési körének megfelelően.

3. Ha időben bárhol megcsúszunk – mivel nem ismerjük előre a csoportok összetételét ez várható is – nyugodtan hagyjunk ki feladatot. Ha valamelyiket unják a diákok, lépünk tovább, még ha hiányérzetünk van a megbeszélésével, akkor is. Ha bizonyos feladatoknál kérdések merülnek fel – ez várható – akkor áldozunk rá több időt, ha van a teremben PC akkor azonnal tudunk kutatni is, de lehet kiselőadást vállalni a kérdések megválaszolásából, stb. Akkor járunk jól, ha a diákok keresnek válaszokat az általuk felmerült kérdésekre, és ezt megosztják társaikkal órai körülmények között.

4. A foglalkozás sikere múlik a település jellegén, az osztályfoktól, az iskola típusától, a környezet roma/cigány felfogásáról, az éppen aktuális általános közhangulattól, a tanulók érintettségétől.

5. Nincs olyan összetételű osztály, akik indokokkal kihúzzhatják magukat a téma alól, mert érettségiben visszaköszönő témakörrel van szó. Akár a történelem tantárgynál, akár a magyar érvelés feladatánál is lehetséges hasonló témakör.

JÁVORI TAMÁS

Híres emberek mondása

Mely 7 szokás elemet tudnád beilleszteni az alább felsorolt idézetekbe?

<i>„Ha megtudod álmodni, meg is tudod csinálni”</i>	Walt Disney
<i>„Gondolkodom, tehát vagyok”</i>	René Descartes
<i>„Az okos emberek megoldják a problémát, a zsenik megelőzik”</i>	Albert Einstein
<i>„Hallgattassék meg a másik fél is”</i>	Horatius
<i>„Ne menj előttem, lehet, hogy nem tudlak követni. Ne gyere mögöttem, lehet, hogy nem tudlak vezetni. Gyere mellettem, és légy a barátom”</i>	Albert Camus
<i>„Aki nem érti a hallgatásod, valószínűleg nem értené a szavadat sem”</i>	Elbert Hubbard
<i>„A bölcs embernek nincs szüksége tanácsra, a bolond meg úgysem fogadja el”</i>	Benjamin Franklin
<i>„Aki másokat ismer, okos. Aki magát ismeri, bölcs. Aki másokat legyőz, erős. Aki önmagát legyőzi, hős”</i>	Lao Ce
<i>„Nagy dolog hinni magadban, és még nagyobb hinni a többiekben”</i>	Tatiosz
<i>„Mindenki egy zseni. De ha egy halat az alapján ítélsz meg, hogy milyenek a képességei a fára mászáshoz, abban a hitben élheti le az egész életét, hogy hülye”</i>	Albert Einstein
<i>„A jól viselkedő nők ritkán írnak történelmet”</i>	Marilyn Monroe
<i>„Húsz év múlva sokkal jobban fogod sajnálni azokat a dolgokat, amiket nem tettél meg, mint azokat, amiket igen”</i>	Mark Twain
<i>„Légy önmagad, mindenki más már foglalt”</i>	Oscar Wilde
<i>„Csak két dolog végtelen: a Világegyetem, és az emberi butaság, bár az elsöben nem vagyok egészen biztos”</i>	Albert Einstein
<i>„Magad legyél a változás, amit a világban látni akarsz”</i>	Mahatma Gandhi
<i>„Ha tudni akarod, hogy egy nemzet mennyire becsüli a múltját, nézd meg a temetőit”</i>	Széchenyi István
<i>„Nem tudtam pontosan, hogy mit akarok, de azt tökéletesen megvalósítottam”</i>	Bonaparte Napoleon
<i>„A történelem kegyes lesz hozzám, mert szándékomban áll átírni”</i>	Winston Churchill

GÁSPÁR BOLDIZSÁR

Filmklub, Báb-animációs stúdió – Jó gyakorlat

(téri-vizuális, illetve mozgóképi gyakorlat szakköri foglalkozások keretében)

Készítette: Gáspár Boldizsár rajz-vizuális kommunikáció, vizuális környezetkultúra tanár

Ötletadó: Gálovics Edit (kollégiumi terület), Gyenes Zsolt DLA, egyetemi tanár,

(mozgóképkultúra terület)

Kulcskifejezések: Mozgóképkultúra, téri-vizuális képességek fejlesztése, általános ismeretek bővítése, a hét szokás ismertetése és gyakorlati alkalmazása csoportszinten, ezen belül *tervezés, szervezés, együttműködés, kognitív fejlesztés, taktilis (tapasztalati-belátásos tanulás), alkalmazott művészeti ismeretek, valamint általános művészeti ismeretek bővítése és alkalmazása* illetve a kollégium belső életének felértékelődése céljából mind a csoport-mind a közösségi szinten

A mozgóképi gyakorlatokat *jelenleg is alkalmazzák* iparművészeti iskolákban, művészeti egyetemet előkészítő képzéseken, ahol a filmelméletet kiegészíti a műtermi (stúdió) gyakorlat, amelyet ebben a középiskolás korosztályban a legindokoltabb elkezdeni, azaz a 14-18 évesek számára. A gyakorlat során a diákok betekintést nyerhetnek a szükséges történelmi, művészeti, antropológiai, néprajzi, színházi és drámai ismeretekbe. Továbbá a technikákról, informatikai ismeretekről, a gazdasági háttérrel, a gyakorlati nehézségektől a kreativitást segítő korlátokról és újításokról. Lényegében az alkotás szépségéről van szó, a varázslatról, amikor a mindennapi küzdelekből és kudarcokból mégis összeáll a mozgókép, amely maga a csoda egy megismételhetetlen pillanat kedvéért, amely becsapja szemünket és jó kedvre derít. Ezért kell a rajz-vizuális kultúra és a mozgóképkultúra alapjaival találkozni minden középiskolában, ezen szaktárgyakat oktatóknak pedig nélkülözhetetlen segítség.

Célok: A hét szokás alkalmazása a *rajz-vizuális* szakköri, illetve az ebbe a körbe tartozó *mozgóképi gyakorlatokon* (beleértve a számítógépes ismereteket, szoftverhasználatot).Életvezetési ismeretek, önképzésre és műveltségbővítésre ösztönzés, amely a kollégium alapvető céljaiba illeszkedik, hogy a közösséget egy jól működő és kiteljesítő, érdemes szakköri foglalkozásokkal példaadó iskolai közösséggé fejlesszük.Ehhez megfelelő segítség a csapatmunka szervező ereje, az összetartozás személyiségfej-

lesztő hatása a fiatalok egész és egészséges felnőttekké nevelésében. Elégedettség-méréssel és kérdőíves megkérdezéssel kívánjuk ellenőrizhetővé és mérhetővé tenni a munka sikerességét és pozitív hatásait a csoportban.

Részcélok: A szakmai célok a részben a rajz-vizuális kultúra gyakorlati (építő-alkotó-ábrázoló/leképező/) mozzanatának hatása a fiatalok személyiségfejlődésére, amelyen belül a konkrét mozgóképes gyakorlatnak az ismeretbővítő (tehát az általános műveltséget elmélyítő) hatásának elérése.

A szakköri gyakorlatokon alkalmazandó életvezetési program tételes alkalmazása:

1. **Légy proaktív!** Mint minden közösségi munkában a *segíts, támogass, kezdeményezz* fogalmak megvalósításán túl példamutatás a félve, vagy nehezebben haladók segítségére, ösztönzésére segítség legyen minden alkotótárs!
2. **Tudd előre, hová akarsz eljutni!** A filmnél, a bábművészetben szó szerint minden lépést előre meg kell tervezni a helyszín kiválasztásától (bábszínpad), a szereplők (bábok) kinézetén, mozgatósi lehetőségein és korlátain keresztül a helyszín megvilágításáig a mozgató bábosok helyigényéig, a kamera helyzetéig, látószögekig, a türelmes, kitartó munkavégzésig, a forgatókönyv forgatás közbeni értő olvasásáig. Ez pedig tökéletesen megfelel az első szakás által támasztott követelményeknek (A továbbiakban: a jövőkép és az értékek meghatározása) az ígéretek megtartása, felelősségvállalás, a változások hatékony kezelése).
3. **Először a fontosat!** A teendők rangsorolásaként, elsődleges az írás, a kreatív mozzanatok rögzítése, képben, szövegben, bevált módszerként lehet és kell alkalmazni a vizuális művészetek pedagógiájában is az ötletdobozt, amibe mindenki bedobja a saját elképzelését, amelyekből aztán kiválogatódik a tartalomhoz és a formához legjobban igazodó ötletek sora. Szaknyelven *brainstorming*, ötletek szabad áramoltatása, majd rajzos forgatókönyv tervezetbe gyűjtése, válogatása, *storyboard* készítése.
4. **Gondolkodj nyer-nyerben!** A csapatmunka nem járhat az egyéniség feladásával, de a másik sikere az enyém is egy hasonló felállásban, jelen esetben a filmet alkotó közösségbe minden abban résztvevő egyén beletartozik („Közös a siker és közös a bukás „/Kertész Mihály, a Casablanca rendezője)
5. **Először érts, aztán értesd meg magad!** A film nyelvezetének egyéni elsajátításával kialakul egy közös nyelv, ami a közös érdeklődésnek is megágyaz. Elsődlegesen pedig az eredményes és hatékony munkavégzés alapvető feltételeként jelentkezik (történet, elbeszélés, forgatókönyv, jelenet, vágás, hosszú beállítás, snitt/vágás, fahrt, lift, svenk, közeli, félközeli, totál, kistotál, szuperközeli, fényelés, látószög, zoom stb., még akkor is ha nem az összes szakmai fogást alkalmazzuk az adott műfaj esetében. Azonban nem hagyható figyelmen kívül a standardtól eltérő egyéni nézőpontok és vélemények megfogalmazása

6. **Teremts szinergiát!** Az egyéni különbségekben rejlő lehetőségek kiaknázása ebben a munkaformában is teret követel magának, konkrétan a változatos képi látványok alternatív jelenetekben is megvalósulhatnak, amely megfeleltethető a diákéletkor kereső, variálgató, próbálgató korszakának, ahogyan ez megszokott a fiatal művészek, filmesek számára oly vonzó kísérleti filmműhelyekben, művészfilmes alkotócsoportokban. (Hartay-Muhi: Mozgóképi gyakorlatok /Balázs Béla Filmstúdió), illetve a kísérleti filmműhelyek. Legfőbb cél tehát a *kreatív csapatmunka* elsajátítása, a kreatív együttműködés összehangolása és a hatékony problémamegoldás (a kivitelezésnél felmerülő technikai problémák megoldása kivitelezhetőség szempontjából) A film nagy lehetőség az alkotók kibontakozására, és kiteljesedésére, az öröme, hogy egy speciális alkotáson keresztül mennyi ember örömét és elégedettségét eredményezheti majd. (A Klebelsberg Kollégium Programja)
7. **Élezd meg a fűrészt!** Egyensúlyteremtés az élet különböző területei között: Ebben a műhelyben a rendszeresség, a módszeresség másutt is kamatoztatható, sőt a nehézségek megértése révén bármely más munkaközösségben alkalmazható. A programban részt vevő diákoknak készülniük kell a kihívásokra, fejleszteniük kell a már meglévő tudásukat is, úgy kell gondolniuk az előttük álló feladatokra, hogy azokban új és új felfedezések várnak rájuk nap, mint nap.

Az animáció: <https://www.youtube.com/watch?v=TJwGG7X7GY0>



A személyes fejlődés marketingje

A következő reklámok sajátossága, hogy egy adott termék, szolgáltatás, esemény promotálásával párhuzamosan különböző életvezetési stratégiák népszerűsítése is megtörténik.

Tantárgyi kapcsolódás: mozgóképkultúra és médiaismeret, magyar nyelv és irodalom, kommunikáció, osztályfőnöki óra, önismereti foglalkozás, kollégiumi csoportfoglalkozás (médiatudatosságra nevelés témakör).

Az új 5-ös BMW – Vezető alkat

<https://www.youtube.com/watch?v=6S1b-WJ4z5s>

„Az élet megtanít arra, hogy mindig tisztán lásd a céljaidat, és soha ne térj le a hozzájuk vezető útról.” A reklám üzenete párhuzamba hozható a 7. szokás *„bennem rejő vezető”* perspektívájával. A kisfilm a következő szokások szempontjából képezheti elemzés tárgyát: 1. szokás – *Légy proaktív!*; 2. szokás: *Tudd előre, hová akarsz eljutni!*; 3. szokás: *Először a fontosat!* Életvezetési stratégiánk fejlesztése közben azonban nem elfelejtendő: *„A legnagyobb versenyt saját magaddal vívod.”*



Béres magnézium + B6 – Lehetetlen jó tanácsok – Nekünk van egy egyszerű tippünk!

<https://www.youtube.com/watch?v=Ca3ipKlky20>

A feszültség elleni küzdelem és a belső harmóniakeresés témaköre kerül terítékre. *Sétálgon egy nagyot! Relaxáljon minden nap! Ölelje meg a világot!* – javasolják a 7. szokás jegyében. Az *Élezd meg a fűrészt!* szokása köré szerveződő reklámanyag több stresszkezelő tanáccsal is el látja az egyensúlyra törekvő befogadót. A kellő



humorral átítatott képek a pozitív életszemlélet mondanivalóját is magukban rejtik.

Telenor Hello Data – Korlátlan Hipernet, Korlátlan Te

<https://www.youtube.com/watch?v=HD9Z0-e70Kk>

Korlátok nélküli világunk ábrázolása történik e reklámfilmben. A látottak számos kérdést vehetnek fel az emberben: Hogyan igazodhatunk el a határtalan szabadság nyújtotta lehetőségekben? Milyen szokásokra támaszkodhatunk, hogy rendszert találjunk az életünkben? Emellett a generációs szakadékok áthidalásáról is képet kaphatunk. A reklámfilmről történő beszélgetés során elsősorban a *Légy proaktív!; Először a fontosat!; Tudd előre, hová akarsz eljutni!; Először érts, aztán értesd meg magad!; Élezd meg a fűrészt!* szokásokat vizsgálhatják a résztvevők.



Posta Biztosító olimpiai reklámfilm – Együtt a sikerért!

<https://www.youtube.com/watch?v=ARE7DO1z0eQ>

A célirányos, egyéni stratégia és az eredményes együttműködéshez szükséges attitűd kialakításának ötvözete kerül előtérbe az „Együtt a sikerért!” jelmondatú reklámfilm képkockáin. A lelkiismeretes munka, egy támogató közösség jelenléte, a feltöltődés fontossága mind az eredményesség egy-egy alappilléreként értelmezhető. A sikerhez vezető utat bemutató alkotás útmutatóként szolgálhat mindenki számára. E mozgókép kapcsán mind a hét szokás egyaránt érinthető.



NAGY BRIGITTA

A kollégium 7 szokás fája

A Kaposvári Klebelsberg Középiszkolai Kollégium épületét újabb *7 szokás fa* színesíti. Az alkotást 2017 tavaszán kollégista diákok készítették Makai-Bakos Natália vezetésével. Az elkészült produktum mellett a kivitelezés folyamatában is a *7 szokás* rendszere fedezhető fel: a tervezés, alapozás során nagy hangsúlyt kapott a *Tudd előre, hová akarsz eljutni!* elve, a közös festés alatt a *Teremts szinergiát!* követése, valamint a kikapcsolódást, belső egyensúlyt támogató *Élezd meg a fűrészt!* elmélete egyaránt. Az együttműködésen alapuló munka emlékét videófelvétel őrzi. A filmet készítette: Nagy Brigitta.

Elérhető az interneten: <https://www.youtube.com/watch?v=28nBILDoslg>



KOVÁCS FERENC

Evezünk a medencében!

A Kaposvári Klebelsberg Középiskolai Kollégium 9. évfolyamos AJTP-s diákjai, minden évben a tanév zárását követően Bajára utaznak egy rövid hétre, hogy a vízitúrázás rejtjelmeivel ismerkedjenek. Ennek a programnak az előkészítéseként a diákok az alapokat a kollégium uszodájában sajátítják el. Itt adódik lehetőség 3 fős kis csoportokban 2x1 órában a biztonsági kérdések, evezési alapok, hajóirányítás alapjai és az önmentés technikáinak biztonságos körülmények közötti begyakorlására.

A 7 szakás rendszerébe illesztve a teljes vertikumot lefedi ez a komplex társas időtöltés. Mind önmagunknak mind a csapatnak (egy hajóban lévők – teljes túracapat) harmóniában kell lenni, úgy, hogy mindenki tudja előre, hogy mit szeretnénk elérni, azt hogyan tudjuk megvalósítani, mit kell tennünk váratlan események bekövetkeztekor, hogyan tudunk egymásnak segíteni, hogyan tudjuk kiegészíteni egymást, hogyan váljunk hatékonyá és nem utolsó sorban a túra végére, hogyan töltődünk fel érzelmileg és lelkileg.

Képek:¹



¹ A mellékelt fotók a vízitúrára felkészítő oktatófilmből származnak. A filmet készítette Kovács Ferenc.

GÁLOVICS EDIT

„A gondolat korlátlanul osztható, és mindig van maradéka” (T. Dénes Tamás)

A horizontális tanulás egyik alapfeltétele, hogy a pedagógusok együttműködnek egymással. A horizontális tanulás arra összpontosít, hogy dokumentálja a tanulást, a tanultakat, a kipróbált és közösen fejlesztett tudást. A nemzetközi gyakorlat három, gyakran előforduló együttműködési formát különböztet meg:

- partnerség (hálózatszerű tudásépítő folyamat),
- kooperáció (együttműködésben kialakított saját tudásháló),
- kollaboráció (közös problémamegoldásra irányul, csoportnak lesz tudáshálója).

A hálózati tanulás legfontosabb célja, hogy megismertesse a bevált jó gyakorlatot, támogassa az együttműködési lehetőségek felkutatását. A tudásmegosztás egyszerre jelent tanulási folyamatot és kommunikációs folyamatot is. Mindez akkor működik, ha az egyén rendelkezik a szükséges kíváncsisággal és nyitottsággal, és nemcsak képes, hanem hajlandó is ezekre a tevékenységekre, nem tartja vissza bizalmatlanság vagy egyéb korlátozó attitűd (Horváth 2014).

Intézményünk 2017 őszen world café módszer alkalmazásával törekedett tudásmegosztásra és együttes gondolkodásra. Vendégeink is voltak Pécsről, az Apáczai Nevelési Központ Kollégiumából. Ennek személyes tapasztalatai, asztalgazdai élményei jelennek meg a következő írásokban. A nap elején felidéztük a 7 szokás témájában készült kollégiumi kisfilmjeinket és a world café módszerét. Majd az egyes tematikus asztalgazdák nyitottak az előzetesen megbeszélt témákkal és körkérdésekkel. Célunk volt a nap kapcsán, hogy személyes élményeket szerezzünk a world café alkalmazásában és mélyíteni szerettük volna a 7 szokás alkalmazásában szerzett ismereteinket és tapasztalatainkat úgy, hogy bevontuk ebbe vendégeinket is. Három körkérdésünk volt az egyes asztaloknál:

- *1. kör kérdése:* Hogyan járulhat hozzá az elkészített munkaanyag vagy tevékenység a kollégium jövőjéhez?
- *2. kör kérdése:* Hogyan bánjunk hatékonyabban az erőforrásainkkal, hogy mindenre jusson idő?
- *3. kör kérdése:* Hogyan lehetünk nyitottak a változtatásra 7 szokás alkalmazásával?

worldcafé: <https://www.youtube.com/watch?v=7ODLvTBvKow>,
https://www.youtube.com/watch?v=YG_6iBcyP7w

szokások: <https://www.youtube.com/watch?v=z9wN5q4x8rM>,
<https://www.youtube.com/watch?v=dLNUDD2KywM>

NAGY BRIGITTA

World Café – 7 szokás

A World Café módszerrel Hujber Tamásné önismeret foglalkozásán találkoztam először, ahol az asztalok köré szerveződött diákok között egy-egy tanuló moderatori szerepet öltve vezette a beszélgetések fonalát. Már akkor felkeltette figyelmem a részben keretek között, mégis kötetlenül gondolkodó módszer, melyhez egy-egy digitális világunkat szimbolizáló, internetes kávéházakat idéző laptop is társult segítségként.

A Café beszélgetés eszközeit 2017. október 27-én, az őszi nevelési értekezlet során volt alkalmam először a gyakorlatban is kipróbálni. Feladatom asztalgazdaként a 2016/2017-es tanévben végzett, 7 szokás videók feldolgozásával, rendszerezésével összefüggő produktumok bemutatása volt, egy-egy előre meghatározott kérdés megbeszélésével kiegészítve. A média témájában kollégáim (Kiss Eszter, Makai-Bakos Natália, Kovács Ferenc, Erdős Kornél, Gáspár Boldizsár) segítségével összeállított dokumentum a következőket tartalmazta:

- Nagy Brigitta: A személyes fejlődés marketingje
(Reklámok 7 szokás szemmel)
- Erdős Kornél: További ajánlott reklámok
(Retro reklámok 7 szokás szemmel)
- Kovács Ferenc: Evezzünk a medencében!
(Vízitúrára felkészítő 7 szokás videó)
- Kiss Eszter: 7 szokás videók a világhálón
- Gáspár Boldizsár: A 7 szokás a filmek tükrében
- Gáspár Boldizsár: Animáció
(Indiana Jones animációkészítés a 7 szokás jegyében)
- Nagy Brigitta: Óraterv – Carpe Diem
- A Kollégium 7 szokás fája (Makai-Bakos Natália vezetésével készült alkotó-folyamatról készítettünk kisfilmet)
- Az utca hercege
(Írás a 7 szokás gondolkodásra épülő *Az utca hercege* c. animációnkról)

A beszélgetés három fordulója, három különböző asztaltársaságot takart, akik érdeklődési körüknek megfelelően választottak az asztalok közül. Az együtt gondolkodás mind a három esetben a már említett dokumentum bemutatásával kezdődött. A ráhangolódás érdekében az első két kör alatt a média és grafika

szakkörös diákok által alkotott *Az utca hercege* című animációs kisfilm levetítése is megtörtént. A három forduló három különböző kérdésre építkezett: 1. *Hogyan járulhat hozzá az elkészített munkaanyag vagy tevékenység a kollégium jövőjéhez?* 2. *Hogyan bánjunk hatékonyabban az erőforrásainkkal, hogy mindenre jusson idő?* 3. *Hogyan lehetünk nyitottak a változtatásra?* Az elhangzott gondolatokra visszatekintve összefoglalható, hogy a 7 szokás olyan eszközt ad a diákok kezébe, mely proaktívabb gondolkodást, céltudatosabb tervezést és felelősségteljesebb életvezetést eredményezhet, mely jelenség a kollégium jövőjét is jelentősen befolyásolhatja. Az erőforrások kihasználását fejtegető kérdésre adott válaszok a feladatok szelektálását, az időterv készítését, a segítségkérés lehetőségét emelték ki. A változtatásra való nyitottság esetében a 7 szokás rendszerének elemeit részleteztük, rámutatva arra, hogy ha mi, pedagógusok képesek vagyunk tanácsot adni a megmérettetések között elvesző diákoknak időtervezés, proaktivitás, egészséges életmód, együttműködés, empátia témájában, akkor a saját feladataink megoldására is bennünk rejlik a megfelelő életvezetési stratégia, s a kulcs a változtatásra. Bár időgazdálkodás szempontjából az első forduló beszélgetés részére nem jutott elég idő, az asztalgazda szerep által számos kollégával sikerült értékes diskurzust folytatnunk.

A World Café összességében alkalmas eszköz lehet információcsere, közös gondolkodás, ismeretszerzés szempontjából. A kötetlen, mégis rendszerben működő beszélgetés különösen közel állhat a kávéházakat járó fiatalokhoz, mely hozzájárulhat a gondolatcserék gördülékeny folyamatához, valamint a diákság feladatmegoldás iránti motivációjához egyaránt. A módszer megfelelő közeget teremtett a 7 szokás rendszerében történő elmélyüléshez, az őszi nevelési értekezlet szakmai megbeszéléséhez.

HORVÁTH BALÁZS

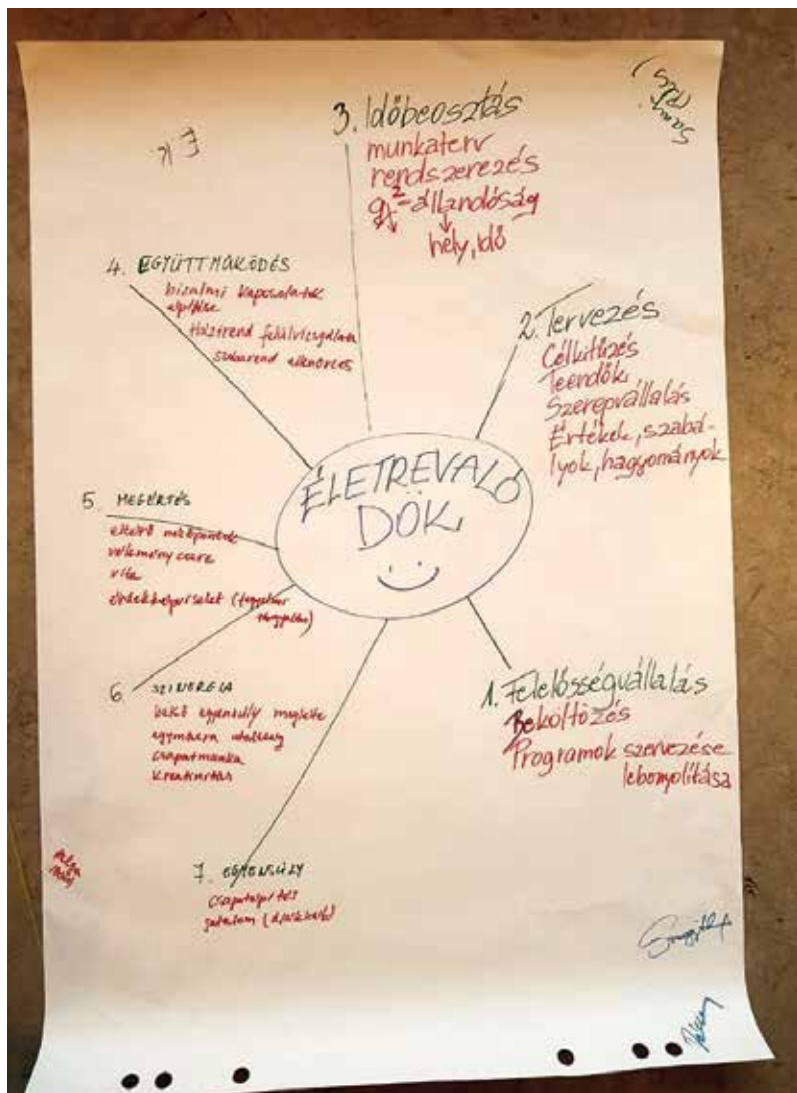
A diákönkormányzat kapcsolata a 7 szokással

Összesen háromszor, érkeztek hozzám az érdeklődő kollégák. Az első körben azt vitattuk meg, hogy *a kollégium diákönkormányzata tevékenységével hogyan járulhat hozzá a kollégium jövőjéhez?* A feladatot úgy irányítottam, hogy először röviden, mintegy 3 percben ismertetem a kollégiumunk diákönkormányzatának tevékenységét, majd megkérdeztem, hogy van-e kérdés. Elmondtam, hogy milyen munkaformát javaslok a kollégáknak (gondolattérkép, kognitív térkép, cetlizés, halszálka, stb.). Érdekes, hogy mindegyik csoporttal a gondolattérkép formában dolgoztunk. Valószínű, ennek az lehetett az oka, hogy az első csoport ezt a munkamódszert választotta és a második csoport látva az előző csoport minőségi és átlátható munkáját, így ugyanazt választotta. Nagyon jól éreztem magam a szerepemben, mivel hamar közös nevezőre jutottam az asztaltársaság tagjaival. Felhívtam a figyelmet az idő betartására, és javasoltam, hogy minél több szint használjanak. Egy szépen író kollégát kértem meg, hogy a flip-chart lapra írjon.

A második körben érkezőknek mielőtt vázoltam volna röviden a diákönkormányzat munkáját az előző megközelítés alapján, felhívtam előtte a figyelmét, hogy a második kérdésnek megfelelően gondolkodjanak. A második körben azt vitattuk meg, hogy *a kollégium diákönkormányzata, hogyan tudja erőforrásait hatékonyabban kihasználni, hogy mindenre maradjon idő?* Ezzel a csoporttal is remekül ment a feladat megoldása, mindenki aktívan dolgozott és ötletelt.

A harmadik körben érkezőknek azt a kérdést tettem fel, hogy, *hogyan lehetünk nyitottak a változtatásra a 7 szokás alkalmazásával?* Természetesen mielőtt az érdemi munkának nekikezdtünk volna itt is ismertettem az előző feladatok tapasztalatait. Asztalgazda szerepkörben még sosem tevékenykedtem, ez egy teljesen új szituáció volt. Tetszett ez a felállás, mert vezető is voltam meg csapattag is, ahol a kollégák fogékonyak voltak a feladat minél sikeresebb és maradandó alkotásában. Arra törekedtem, hogy a nálam megjelentek jól érezzék magukat és hasznos információk birtokába jussanak. Mindenki véleményt formálhatott szabadon, de törekedtem az idő betartása mellett arra, hogy a gondolatok leírásra kerüljenek. Számomra nagy kihívás volt ez a rendezvény, mert előtte nap volt egy Bázisintézményi feladatom Szüreti Bállal együtt. A nap végén örültem a vendég

kollégák és a vezetés dicsérő szavainak. A módszer annyira megtetszett, hogy a 2017.11.27.-i bemutató órán (Alkohol témakörben) ugyanezt a World Café módszert alkalmaztam, a kollégák elmondása alapján nagy sikerrel.



Tematikus csoportfoglalkozás

7 szokással ötvözve

Kollégiumunkban néhány éve egy továbbképzés keretében ismerkedtünk meg a 7 szokás szellemiségével. A tanfolyam alatt egy új szemlélettel gazdagodtunk. Hamar nyilvánvalóvá vált számunkra, hogy eddigi tapasztalatainkat és módszereinket is be tudjuk építeni, kapcsolni tudjuk az új ismereteinkhez. Nem véletlen, hogy a „program” mélyebb megismeréséhez Sean Covey: A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása c. könyvét használtuk. Pedagógusként a megszerzett tudásunk sohasem öncélú, beépítjük a szakmai munkánkban, a diákokkal történő kapcsolatunk minden lehetséges területén. A 7 szokás a kollégiumi élet számos területén sikeresen alkalmazható az egyéni törődésektől a csoportfoglalkozásokig.

A munkacsoportunk a csoportfoglalkozások rendszerében kereste meg a 7 szokás helyét. Alkalmazásában mindannyian a fokozatosság elvét tartottuk elsődleges szempontként, valamint a csoportunk jellegét, hiszen az egyéntől, azaz a befogadó hozzáállásától is függ a megvalósítás folyamata. Nem csupán a megértésen van a hangsúly, sokkal fontosabb az alkalmazása és a hozzákapcsolódó kontroll, az eredmények tudatosítása, a sikertelenség okainak elemzése. Mint minden újdonságnál, ebben az esetben is időt kell hagyni a kiforrásához, nem szabad türelmetlennek lennünk.

Kollégáim legsikeresebb foglalkozásterveit egy kötetbe rendeztük, ez volt az alapja a diskurzusnak.

Mivel a vendégeink többsége nem rendelkezett előismerettel, ezért a 7 szokás tételeit mindannyian megkapták. A KNOAP alapján ismert témakörökhöz kapcsolódó csoportfoglalkozások témái ismeretesek voltak mindannyiunk számára, ezért elsődlegesen egy *statisztikai adattal* kezdtem a beszélgetést. Azt vizsgáltam, hogy mely szokást alkalmazzuk a legkevésbé (7. szokás), ill.- a leggyakrabban (4. szokás).

A tippelésbe már vendégeinket is be tudtam vonni, hiszen a szokások tételmondatai igazán beszélgetések.

A következőben a *legkevésbé alkalmazott szokás* fontosságáról beszéltünk először a saját életünkre vonatkoztatva - mivel a szemléletet mindennapjaink alakításában is követhetjük-, majd a csoportfoglalkozási témák tükrében. Igazi szakmai konzultáció alakult ki, amikor megadott mondatokat és témákat kellett párosítani. A kollégák min-

den lehetséges megoldást megkerestek. Véleményem szerint jó ötlet volt a kártyák alkalmazása, mivel nemcsak meggyorsította a tevékenységet, de élvezetesebbé is tette, nem is beszélve a hatékonyságáról.

Szakíts időt a pihenésre!	Az vagy, amit megeszel.
Amit nem használsz, az berozsdásodik.	Le tudok szokni, ha akarok.
Találd meg a helyed!	Ne vess, különben sírni fogsz!
Vissza a természetbe!	

A megismertetés mellett fontos szempont volt az is, hogy kollégáinkat nyitottá tegyük a befogadására. Érveket/ellenérveket sorakoztattunk fel a *változások kezeléséhez* történő viszonyulásunkban, majd egy folyamatábrán az összefüggéseket jelöltük. Az elhangzottakat diákjainkra is vonatkoztathatjuk.

+	-
új szemlélet	időigényes
kihívás	alkalmazkodás
szakmai előre lépés	sok a bizonytalanság
megújulás	

Kezdeményezés kérdések: Ki? belső igény	Megismerés
Alkalmazás	Azonosulás Elfogadom: igen-nem
Tapasztalatok siker- kudarc	Tovább lépés folytatom- elvetem

A változások kezelésénél óhatatlanul felmerül az idő kérdése. Az új dolgok megismerése időigényes. Nem könnyű dolog tudatosan bánni az *idővel*. Az előttünk álló feladatok megtervezése általában nem okoz problémát, azonban néhány nem tervezett esemény felboríthatja terveinket.

A kollégák először egy „idővonalzót” kaptak, ebből szakítottak maguknak időt különböző, számukra értékes eseményekhez. Tapasztalat: az idő elfogyott, tennivalók pedig még akadnak.

TENNIVALÓK				
IDŐ	IDŐ	IDŐ	IDŐ	IDŐ
idő (lehetséges elemek)				
család				
munka				
szabadidő				
barátok				
szépségápolás				
kötelezettségek				

A rugalmasság elkerülhetetlen, azonban a 2. 3. vagy 4. szakás alkalmazása megoldást jelenthet.

A nyitottság után már egy apró lépés lehet az elköteleződés, amennyiben azonosulni tudunk a leírtakkal. Mindenképpen lényegesnek gondoltam közvetíteni azt a tényt, hogy a meglévő módszereinek is beépíthetőek, jól alkalmazva erősíthetik a 7 szakást. Ennek érdekében *szokásokat, gondolatokat, tevékenységeket* párosítottunk, majd beragasztottuk a táblázat megfelelő helyére. Talán ez a „kör” volt a legaktívabb. Minden megoldás egy újabb gondolatot indított el. Az idő lejártakor többen sajnálkoztak. Valóban, ez a megközelítés sokkal több időt igényelne.

Szokások	Egy gondolat hozzá...		Tevékenység/ módszer
1. Légy proaktív!	Te vagy a felelős!	Összefüggés keresése	Nyiralás tervezése
2. Tudd előre, hova akarsz eljutni!	Készíts tervet!	időterv készítése	gondolattérkép
3. Először a fontosat!	Előbb a munka, aztán a többi!	felvételi időszakban (pályaválasztás)	írás magamnak
4. Gondolkodj nyer-nyerben!	Mindenki nyerhet!	konfliktusok megoldás	Családi kirándulás helyszínei
5. Először érts, aztán értesd meg magad!	Hallgass, mielőtt beszélsz!		szakértői mozaik
6. Teremts szinergiát!	Együtt jobb!		kooperatív szerepek kiosztása
7. Élezd a fűrészt!	Törekedj az egyensúlyra!		írás magamnak

Végezetül visszatértünk a kiinduló ponthoz, a kiadványunkhoz. Ez volt a legkevésbé előre mutató feladat, mivel nyilvánvaló, hogy miként járulhat hozzá az elkészít-

tett munkaanyag a kollégium, ill, az egyén jövőjéhez, a válaszok kiszámíthatóak voltak.

A feladatok előkészítésénél elsősorban azt a tényt vettem alapul, hogy a vendégek nem ismerik a 7 szokást, viszont mindannyian tartanak csoportfoglalkozásokat, így – vélhetően – érdeklődnek minden módszertani megközelítés iránt. A feldolgozás megkönnyítéseként előre gyártott kártyákat (gondolatokkal/ címekkel) és táblázatot készítettem, ezzel is elősegítve a megértést. A választott megoldási formával irányítani is tudtam a történéseket (nem volt üres fecsegés), valamint mindenkit gondolkodásra készítettem (ötletadónak is hatékonyan működött), emellett mindenki talált olyan részterületet / gondolatot, amiben ki tudta fejteni álláspontját.

Ez az előkészítés igazán akkor volt a segítségemre, amikor a körben csak a vendégek vettek

részt, előismeret nélkül. A feladatokkal előhívtam gyakorlati tapasztalataikat, így jól tudtunk együttműködni.



Játékgyűjtemény megismerése

World Café módszerrel

Új módszerrel ismerkedtünk az őszi nevelési értekezlet alkalmával, amikor új szerepben próbálhattam ki magam. Én voltam az egyik asztalgazda a „Játékgyűjtemény, ötletek a tanulók fejlesztéséhez, 7 szokás szemlélethez és tehetségfejlesztéshez” címmel. A megjelentek közül mindenki választhatott, leülhetett egy olyan asztalhoz, amelyik témája őt érdekelte.

Asztalgazdaként, beszélgetésvezetőként egy teljesen új feladatot kaptam ebben a szerepkörben. Összesen háromszor, érkeztek hozzám érdeklődők. Mindegyik beszélgetést azzal kezdtem, hogy röviden bemutattam játék munkacsoportunk produktumát. Képeket is mutattam, miközben elmeséltem, hogy „A játék és feladatgyűjteményt” a kollégista gyerekek életkorát figyelembe véve állítottuk össze. A gyűjtött játékokhoz megjelenítettük az adott feladathoz köthető szokásokat, a kapcsolódó kollégiumi területeket, a választható csoportfoglalkozások témaköreit, a kapcsolódó tehetségterületeket és a fejlesztendő képességterületeket.

Az első csoportban a „Hogyan járulhat hozzá a kollégium jövőjéhez ez a gyűjtemény?” című kérdésre igyekeztünk választ találni. Az asztalnál ülők a kötetlen beszélgetést igényelték, általam vezetve, irányítva a gondolatmenetet. Minél átfogóbban igyekeztünk megbeszélni a lehetőségeket, ötleteket, illetve válaszokat találni a miértekre.

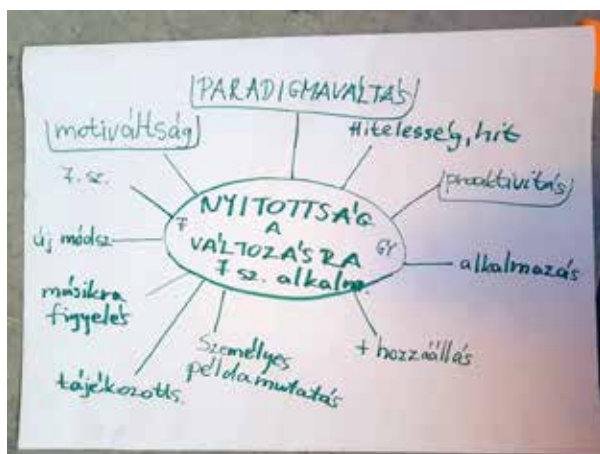
A második körben érkezőkkel a cetlizés módszerével jártuk körbe „Hogyan tudjuk erőforrásainkat hatékonyabban kihasználni?” kérdést, majd ezek a kis cédlukák egy kerek egészét alkotva felkerültek egy nagy üres flip- chart lapra.

A harmadik körben érkezőkkel pedig gondolattérkép készítésével bontottuk ki a témát, így világítottunk rá a legfontosabb lehetőségeinkre. A „Hogyan lehetünk nyitottak a változtatásra a 7 szokás alkalmazásával?” kérdésre válaszolva.

Amikor minden asztalnál befejeződött a harmadik csapat munkálkodása is, minden asztalgazdának beszámolt a csoportok munkájáról, értékeltük azt is, hogy milyen érzés volt ebben a szerepkörben lenni. Nekem mindegyik módszerrel tetszett a végzett munkánk, minden esetben hasznos információkat osztottunk meg egymással. Nagyon érdekes érzés volt irányítani a gondolatmenetet, illetve figyelni a partnerek

igényeit, hogy ők milyen módszert szeretnének előtérbe helyezni a feladat során. Arra törekedtem minden alkalommal, hogy kerek egészében járjuk körbe a témát és mindenki jól érezze magát.

Számomra nagy kihívás volt ez a nap, de nagyon jól esett a kollégák a vendégek és a vezetés dicsérete és köszönő szavai a program végén.



HUJBER TAMÁSNÉ:

Asztalgazdai szerepben, proaktív törpök a 7 Szokás kerületből

Egyszer volt, hol nem volt Törpfallának 7 szokás kerülete. Itt élt Ügyifogyi, aki éves személyes céljai megfogalmazásakor a tudás megszerzését tűzte ki maga elé, hogy végre a kerület önkormányzatán kezdeményezhesse névváltoztatását Ügyifogyiról Tudorkára. De ez csak a személyes célja volt. Közösségi célként minden törp úgy tervez, hogy le kell győzni legfőbb ellenségüket, Hókuszpókot.

Barátai Kreatörp és TörpMotivátor mindenben támogatták. A csapat logisztikai megbeszélésén eltervezték az utat, ahogy elérhetik a Tudás-hegyét. A TörpBölcsek segítségét kérték a Tudás megszerzéséhez.

A TörpBölcsek azonban paradigmaváltásra szólították fel Ügyifogyit a sikereség jegyében. „Hókuszpókot nem legyőzni kell, hanem együtt élni vele. Csak így lehetsz Tudorka.” Így szólt a jóslat. A három jó barát – a Pozitív érzések zuhataga alatt beszélgetett egymással:

TörpMotivátor kezdte:

- Ügyifogyi! Szeretnél Tudorka lenni? A célod soha ne veszítsd szem elől! Tudd előre, hova akarsz eljutni! Igaz, nehéz vállalkozásba kezdtünk, de légy proaktív! Ha nem vagy pozitív, nem fűt a hited, akkor el se induljunk!

Kreatörp folytatta:

- Tudjuk mindannyian, hogy Törpfalláról 3 út vezet a Kerekerdőbe. De csak „Egyút” visz a Szinergia-folyón átívelő hídhoz, ahonnan az út a Tudás-hegyéhez vezet.
- Ha az első utat választjuk, akkor az Új lendület rekreációs központba érünk. Úgy tűnik számomra, hogy Hókuszpókkal való nagy találkozéhoz fel kell töltnünk. Beszéljük át a nyer-nyer helyzetben fekvő lehetőségeket, mert a TörpBölcsek jóslata előtt ez a fegyver nem volt a kezünkben. Az egyéni és csoportos sikerünk záloga abban áll, hogy megértjük-e ennek a jelentőségét? Hogy a gondolattal tudunk-e azonosulni?

A három jó barát eldöntötte, hogy tiszta fejre és érző szívre van szükségük. Ha Hókuszpókkal együtt kell élniük, akkor meg kell őket érteniük. De meg is kell értetni vele a törpök álláspontját is. Megértették, hogy tágítaniuk kell a Befolyásolási körüket, ehhez pedig irány az Új Lendület rekreációs központ!



21 napot töltöttek az Új Lendület Központban. Ez alatt az idő alatt kialakítottak egy új szokást. Eldöntötték, hogy heti tervet készítenek, amiben nagy köveket fektetnek le. Ezek védik a törpök alapvető jogait az élethez, a bogyókhoz, a hupi életérzéshez. Ha tárgyalni akarnak Hókuszpókkal, akkor ezt nem felejtethet el.

Kiterítették a térképet és megnézték a másik két utat. Az egyikkel elkerülhetik Hókuszpók tanyáját, de egy hegyomlás elzárta az utat már az előző bogyószüret idején. Meg lehet próbálni az átkelést, de kockázatos, a siker pedig egyébként sem garantált, ha nem találkoznak Hókuszpókkal. Nézzük hát az utolsó útvonalat: Hókuszpók felé Törpfalvától délnyugatra vezet az út. Egy hatalmas kereszteződésben áll lomha romos vára. Itt egyedül uralja a négyes útelágazást. Sarcolja az embereket az útdíjjal vagy terményadóval. Fenyegeti a törpöket, hogy levesbetét lesz belőlük. Nos, a három jó barát indulás előtt megírta a nagy nap tervét.

Feladatok:

1. Megtudni mi HP indítéka a folyamatos törp vadászathoz?
2. Hogyan lehetne a szükségletét úgy figyelembe venni, hogy közben Törpfalva nem hal ki?
3. Hogy tudná HP megérteni a törpök alapvető céljait?
4. Mi lehet az egyezség?

Összefoglalva: Hókuszpók egész életét az erdőben töltötte. Ez az otthona. Nem akar elmenni innen. Úgy gondolja, hogy számára a legfinomabb falatok a törpök. Bár még nem evett belőlük. A törpök falva örökké itt volt az erdőben. Mindig volt ellen-ségük, de nagy furfanggal megpróbáltak túljárni rajtuk. HP már az idegeikre megy. Kiszámíthatatlan, és persze az a macska is....

Hókuszpók akkor nyer, ha:

- végtelen számú törp áll a rendelkezésére (nem egy nagy vadász)
- ha nem idegeskedik többet a törpök miatt (mert már öregszik)
- ha kiegyensúlyozott (a pszichológus azt mondta, hogy ehhez cél kell)

Törpök akkor nyernek, ha:

- közösségi céljukat valaki beteljesíti: azaz likvidálják HP-t...
- mindig van ételük és italuk
- nyugodtak lesznek a napjaik HP nélkül
- ha több úton is közlekedhetnek a Kerekerdőben

Egyezség:

- kivizsgáljuk, hogy milyen hatással van HP-re a hupi szín – mert akkor a bogyók-ból is kivonatolható. Csak egy rossz szokás, hogy ehhez a törpöknek meg kell halnia.
- a törpök gondoskodnak HP ellátásáról
- odaadják a törpök a bogyós ital receptjét HP számára
- Mivel HP erős és nagy, besegíthetne Kerekerdő felújításába (pl. hegyomlás aka-dály megszüntetése, Tudás-hegy melletti szakadék biztonságossá tétele, Sziner-gia folyó szabályozása stb.)
- természeti katasztrófa esetén felajánlja várát a törpök számára (ha biztonságosabb, mint Törpfalva)
- havonta egyszer leülnek egymással és áttekintik az együttműködés megvalósu-lását, megbeszélik a problémákat, a feladatokat

Most már elégedetten indulhat útnak a három jó barát. Eljutottak az egyezségig, van ajánlatuk HP számára, miután beleélték magukat az ő helyzetébe. Mi ennek a tanulsága? Ha mindenki gyakorolná a proaktív látásmódot és legfőbb ellenségének megértésére törekedne, nem lennének mesei konfliktusok (pl. Tom és Jerry, Kengyel-futó Gyalogkakukk esete a prérifarkassal, Frakk és a macskák stb.). De megérné...

GÁLOVICS EDIT

Gyorsjelentés egy véleménykérdésről 2016-ból

Szemponatok: szokások %-ban	Tanár	Diák becslés
Mennyire jellemző rád a proaktív lét, azaz a felelősségteljes, kezdeményező és cselekvő magatartás!	84	62
Mennyire jellemző rád, hogy hosszabb távú céljaidat előre meghatározod? Tudod, hogy nem találhatunk el olyan célt, amit nem látunk!	78	63
Mennyire jellemző rád, hogy előre veszed a számodra fontos dolgokat, és rangsorold a tennivalókat! Önmagunkat menedzselni annyit jelent, hogy az elképzelt jövőt meg tudom valósítani.	81	65
Mennyire jellemző rád a bőség és hiány szemlélet egyensúlya, azaz a közös nyeresre való törekvés? Fontos kapcsolatban csak nyer-nyer szituációban érdemes gondolkodni.	86	63
Mennyire jellemző rád, hogy figyelmesen hallgatsz, mielőtt beszélsz, hogy értsd a másikat? Ez az előzőek kommunikációs vetülete.	85	56
Mennyire jellemző rád a másokkal való összefogás és a kreatív együttműködés annak érdekében, hogy te is jobb legyél? Közös győzelemmel kiemelkedő eredményt lehet elérni.	81	69
Mennyire jellemző rád, hogy figyelsz magadra, figyelsz a fizikai, szellemi, lelki, kapcsolati megújulásodra és egyensúlyodra az életedben?	75	70
Melyik az a szokásod, amire különösen büszke vagy?		

A változásról és a változtatásról

Leginkább változást eredményezett nálunk az életrevaló program. Több mindent kezdtünk el újragondolni. Például szervezeti szinten hangosan gondolkodtunk arról, hogy mire volt jó az számunkra, hogy a nevelőtestület nagy része részt vett a képzéseken. Csak kipipálni akartuk a képzésen való jelenlétet, vagy tetszik és szeretnénk belőle tanulni, és átadni valamit tanítványainknak. Kutatások igazolják vissza, hogy a diákok ma nem tanáraiktól várják elsődlegesen, hogy eligazítást kapjanak az élet dolgaiban. Azt is tudjuk, hogy a nevelési folyamat egy értékkövető tevékenység eredményeként valósul meg, amely interakciók sorozata. A kérdés, hogy hol vagyunk ezen a mezsgyén, tartalmilag milyen értéket képviselnek a közös interakciók. Nekünk szimpatikus volt a pedagógia logikát erősítő szemlélet: tudom, hogy miért, mit és hogyan érdemes megtenni. Merthogy erről a szemléletről is szól a 7 szokás, alapvetően az élet törvényszerűségeire fókuszál. Igen, úgy döntöttünk, hogy a jó dolgokat megosztjuk, hogy szaporodjanak.

Egyénileg is nagy hatással volt a kollégákra. A legerősebb hatással azokra, akik bevállalták a témaszakértői továbblépést. Számunkra az új kapu nyitogatása abban jelent meg, hogy szervezeti szinten is szükséges volt végiggondolni, hogyan tudjuk egymást segíteni önmagunk gazdagításával is a 7 szokás gyakorlása által. A 7 szokás megismerése alapvetően tükröt tartott minden kollégának. Az egyes szokásokra való fókuszálás rávilágított arra, hogy tudunk-e élni a személyes életcélok elérése során a 7 szokás által kínált hangsúlyokkal. Pedagógusként is nagyon fontos a megújulás, a felelősségteljes döntéshozatal és megbízható kezdeményezőkézség gyakorlása. Például figyelünk-e arra, hogy egy szituációban ne csak nekem legyen sikerem, hanem a minden ember által vágyott siker, a kölcsönös nyereség is realizálódjon. Természetesnek vettük, hogy mindenkit másképp érintett meg a 7szokás szemlélete. Elfogadtuk, hogy mindenki akkorát lép a szokások személyes és közösségi alakításában, amekkorát az adott időszakban be tud fogadni, felelősen fel tud vállalni. A személyes és szervezeti megújulás lehetőségét is látjuk a programban. Abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy a nevelőtestület tagjai többségében innovatív szemléletűek, nyitottak és át tudják segíteni egymást az esetleges holtponatokon. Igen, ez egy munkás folyamat, figyelni magamra és másokra, örülni a közös eredményeknek vagy erőt meríteni a következő lépéshez. Jónak tartom a pedagógusok tanulási folyamatá-

7 szokás videók a világhálón

A 7 szokással kapcsolatban sok videó elérhető az interneten. A következő gyűjtemény a legjobban használható kisfilmeket tartalmazza, amiket eredményesen használhatunk a 7 szokás átadásának vizuális támogatására.

A budaörsi Kesjár Csaba Általános Iskola kisfilmje:
<https://www.youtube.com/watch?v=uMQNi-MVNZk>

A sellyei Kiss Géza Általános Iskola kisfilmje:
<https://www.youtube.com/watch?v=TW1tpUQjvBQ>

A sellyei Kiss Géza Általános Iskola kisfilmje (Másképp):
<https://www.youtube.com/watch?v=EaSMmiVMaso>

A kiemelkedően hatékony családok 7 szokása (előadás):
<https://www.youtube.com/watch?v=cCqsDbmCPA>

A 7 szokás az iskolai tananyagban - nemzetközi tapasztalatok (feliratos):
<https://www.youtube.com/watch?v=efO2s5GdB2Q>

10perces bemutató kisfilm(feliratos):
<https://www.youtube.com/watch?v=ZgB6KcgBHZw>

Animációs bemutató kisfilm (angol, 7 perc):
<https://www.youtube.com/watch?v=ktITxC4QG8g>

Animációs bemutató kisfilm (angol, 10 perc, kortárs megfogalmazásával):
<https://www.youtube.com/watch?v=4jNr0sigSiU>

5 ötlet, hogyan legyünk sikeresebbek (a könyv alapján, német, animációs):
https://www.youtube.com/watch?v=7H7_lul5sV0

Animációs kisfilm, összefoglaló jellegű (német, 7 perc):
<https://www.youtube.com/watch?v=80XIfUDsN4o>

Animációs kisfilm, összefoglaló jellegű (német, 6 perc):

<https://www.youtube.com/watch?v=CZpvsn5s8Bk>

A 7 szokáshoz kapcsolódó filmrészletek (angol):

<https://www.youtube.com/watch?v=NDfrA8b2Sis>

1.szokás animációs film (kortárs elmondásában, angol):

<https://www.youtube.com/watch?v=g1Xa0UpthN8>

<https://www.youtube.com/watch?v=7ipUUxlgIHI>

2.szokás animációs film (kortárs megfogalmazásában, angol):

<https://www.youtube.com/watch?v=x4MNogc5Zeo>

https://www.youtube.com/watch?v=UrN7_URdZz4

3.szokás animációs film (kortárs megfogalmazásában, angol):

<https://www.youtube.com/watch?v=RS9ABgFBkGU>

4.szokás animációs film (kortárs megfogalmazásában, angol):

https://www.youtube.com/watch?v=U41N02_9zNU

5.szokás animációs film (kortárs megfogalmazásában, angol):

<https://www.youtube.com/watch?v=-MrTXTKo3wU>

6.szokás animációs film (kortárs megfogalmazásában, angol):

https://www.youtube.com/watch?v=GAnJeey-6_Y

7.szokás animációs film (kortárs megfogalmazásában, angol):

<https://www.youtube.com/watch?v=PRep5UamYoA>

A Kaposvári Klebelsberg Középiskolai Kollégium 7 szokás videói:

A 7 szokás gyakorlása a kaposvári Klebelsberg Középiskolai Kollégium diákjai által:

<https://www.youtube.com/watch?v=z9wN5q4x8rM>

Pedagógusok véleménye a programról :

<https://www.youtube.com/watch?v=dLNuDD2KywM>

Közös festés – 7 szokás fa:

<https://www.youtube.com/watch?v=28nBllDoslq>



**OKTATÁSI HIVATAL
BÁZISINTÉZMÉNYE**